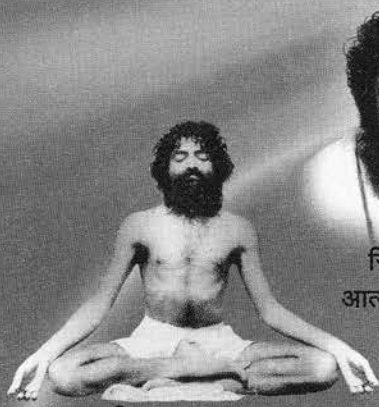
संत श्री आसारामजी आश्रम द्वारा प्रकाशित

ऋषि प्रसाद

मूल्य : रु. ६/-
अंक : १९२
दिसम्बर २००८
हिन्दी

सिद्धावस्था में
आत्मानंद की मस्ती

विलक्षण साधनावस्था

शास्त्राध्ययन
करते हुए पूज्य बापूजी

युगप्रवर्तक संत श्री
आसारामजी बापू

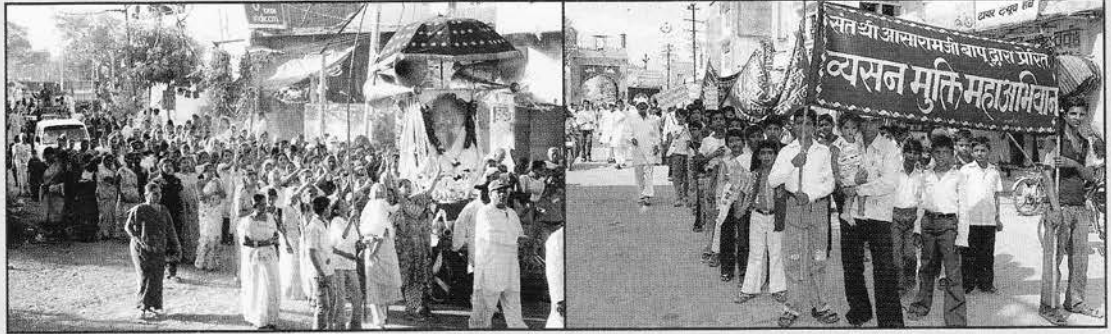
पूजनीया श्री माँ महँगीबा की
गोद में पूज्य बापूजी

अपने सद्गुरु स्वामी श्री लीलाशाहजी बापू के
श्रीचरणों में पूज्य बापूजी

देदीप्यमान बाल्यावस्था

शैशव

सर्प विषैले तेरे वश में बाबा... वशीकरण मंत्र प्रेम को। यह सफलता की कुंजी है, सुख का साम्राज्य है। सबके मंगल के भाव से सेवा और प्रेम रूपी वशीकरण प्रभु को भी वश में कर देता है, छछियन भरी छाछ पर नचाता है।

'सबका मंगल, सबका भला' के पुनीत संकल्प के साथ कठुआ (जम्मू-कश्मीर) में सामूहिक यज्ञ संपन्न हुआ। जोधपुर (राज.) के चामुंडा माता मंदिर में हुई दुर्घटना में अकाल मृत्यु को प्राप्त लोगों के आत्मा की शांति हेतु पूज्य बापूजी के शिष्यों द्वारा महामृत्युंजय मंत्रजप का अनुष्ठान संपन्न हुआ।

डभाण, जि. खेड़ा (गुज.) में भव्य संकीर्तन यात्रा तथा ब्यावर, जि. अजमेर (राज.) के साधकों द्वारा व्यसनमुक्ति महाअभियान का आयोजन ।

इलाहाबाद (उ.प्र.) तथा मुजफ्फरनगर (उ.प्र.) में विशाल संकीर्तन यात्राओं का आयोजन ।

चण्डीगढ़ में 'ऋषि प्रसाद सेवादार सम्मेलन' तथा उल्हासनगर, जि. ठाणे (महा.) में आयोजित भक्ति-जागृति यात्रा में नाचते-गाते-झूमते तथा 'ऋषि प्रसाद', अन्य सत्साहित्य व प्रसाद आदि का वितरण करते भक्तगण ।

ऋषि प्रसाद
मासिक पत्रिका

हिन्दी, गुजराती, मराठी, उड़िया, तेलगू व अंग्रेजी भाषाओं में प्रकाशित

वर्ष : १९ अंक : १९२
दिसम्बर २००८ मूल्य : रु. ६-००
मार्गशीर्ष-पौष वि.सं.२०६५

सदस्यता शुल्क (डाक खर्च सहित)

भारत में

(१) वार्षिक : रु. ६०/-
(२) द्विवार्षिक : रु. १००/-
(३) पंचवार्षिक : रु. २२५/-
(४) आजीवन : रु. ५००/-

अन्य देशों में

(१) वार्षिक : US $ 20
(२) द्विवार्षिक : US $ 40
(३) पंचवार्षिक : US $ 80

ऋषि प्रसाद (अंग्रेजी)	वार्षिक	द्विवार्षिक	पंचवार्षिक
भारत में	७०	१३५	३२५
अन्य देशों में	US$20	US$40	US$80

कृपया अपना सदस्यता शुल्क या अन्य किसी भी प्रकार की नकद राशि रजिस्टर्ड या साधारण डाक द्वारा न भेजा करें। इस माध्यम से कोई भी राशि गुम होने पर आश्रम की जिम्मेदारी नहीं रहेगी। अतः अपनी राशि मनीऑर्डर या ड्राफ्ट द्वारा ही भेजने की कृपा करें।

संपर्क पता : 'ऋषि प्रसाद', श्री योग वेदांत सेवा समिति, संत श्री आसारामजी आश्रम, संत श्री आसारामजी बापू आश्रम मार्ग, मोटेरा, अहमदाबाद, पो. साबरमती-३८०००५ (गुजरात)।
ऋषि प्रसाद से संबंधित कार्य के लिए फोन नं. : (०७९) ३९८७७७१४, ६६११५७१४.
अन्य जानकारी हेतु : (०७९) २७५०५०१०-११, ३९८७७७८८, ६६११५५००.
e-mail : ashramindia@ashram.org
web-site : www.ashram.org

स्वामी : संत श्री आसारामजी आश्रम
प्रकाशक और मुद्रक : श्री कौशिकभाई पो. वाणी
प्रकाशन स्थल : श्री योग वेदांत सेवा समिति, संत श्री आसारामजी आश्रम, संत श्री आसारामजी बापू आश्रम मार्ग, मोटेरा, अहमदाबाद, पो. साबरमती-३८०००५. गुजरात
मुद्रण स्थल : अरावली प्रिंटर्स एंड पब्लिशर्स (प्रा.) लि., डब्ल्यू-३०, ओखला इंडस्ट्रियल एरिया, फेज-II, नई दिल्ली-११००२०.
सम्पादक : श्री कौशिकभाई पो. वाणी
सहसम्पादक : डॉ. प्रे. खो. मकवाणा, श्रीनिवास

Subject to Ahmedabad Jurisdiction

अनुक्रमणिका

सूर्य की उपासना

(उत्तरायण पर्व : १४ जनवरी पर विशेष)

(पूज्य बापूजी के सत्संग-प्रवचन से)

भारतीय संस्कृति में पंचदेवों की पूजा, उपासना का विशेष महत्त्व है। भगवान शिव, भगवान विष्णु और उनके अवतार, भगवान गणपति, शक्ति और भगवान सूर्य - इन पंचदेवों की पूजा, उपासना, आराधना और जप से जापक को इहलौकिक-पारलौकिक, ऐहिक, नैतिक और आध्यात्मिक - सभी प्रकार के फायदे होते हैं।

सूर्यदेव की उपासना के लिए उत्तरायण पर्व अर्थात् मकर संक्रांति का दिन विशेष प्रभावशाली माना जाता है। मकर राशि में सूर्य का प्रवेश 'मकर संक्रांति' कहलाता है। 'संक्रांति' अर्थात् सम्यक् क्रांति। बाह्य क्रांति मार-काट व छीना-झपटीवाली होती है और आध्यात्मिक क्रांति सबकी भलाई में अपनी भलाई का संदेश देती है : **संगच्छध्वं संवदध्वं...** 'मिलजुलकर रहो, आपस में उत्तम प्रेमपूर्वक भाषण करो।' क्योंकि तत्त्व सबका एक है। सरोवर में, सागर में ऊपर तरंगें अनेक लेकिन गहरे पानी में तत्त्व एक, ऐसे ही सबकी गहराई में सत्, चित् और आनंदस्वरूप चैतन्य परमात्मा एक।

उत्तरायणकाल की प्रतीक्षा करते हुए ५८ दिन तक शरशय्या पर पड़े रहे महामना भीष्म पितामह। बाणों की पीड़ा सहते हुए भी प्राण न त्यागे, संकल्प करके रोके रखे और पीड़ा के भी साक्षी बने। भीष्म पितामह से धर्मराज युधिष्ठिर प्रश्न करते हैं और भीष्म शरशय्या पर लेटे-लेटे उत्तर देते हैं। कैसी समता है इस भारत के वीर की ! कैसी बहादुरी है तन की, मन की और परिस्थितियों के सिर पर पैर रखने की ! हमारी संस्कृति कैसी है ! क्या विश्व में ऐसा कोई दृष्टांत सुना है ? ५८ दिन तक संकल्प के बल से शरीर को धारण कर रखा है और कृष्णजी के कहने से युधिष्ठिर को उपदेश दे रहे हैं। वे उपदेश 'महाभारत' के शांति एवं अनुशासन पर्वों में हैं। उत्तरायण पर्व उन महापुरुष के स्मरण का दिवस तथा जीवन में कठिन परिस्थितियों और बाणों की शय्या पर होते हुए भी अपनी समता, ज्ञान और आत्मवैभव को पाने की प्रेरणा देनेवाला दिवस है।

उत्तरायण देवताओं का प्रभातकाल है। इस दिन तिल के उबटन व तिलमिश्रित जल से स्नान, तिलमिश्रित जल का पान, तिल का हवन, तिल का भोजन तथा तिल का दान- सभी पापनाशक हैं।

सूर्य आत्मदेव का प्रतीक है। जैसे आत्मदेव मन, बुद्धि, शरीर व संसार को प्रकाशित करता है, ऐसे ही सूर्य पूरे संसार को प्रकाशित करता है। लेकिन सूर्य को प्रकाशित करनेवाला आत्मदेव है। यह सूर्य है कि नहीं इसको जाननेवाला कौन है ? 'मैं'। तुम्हारा 'मैं' ही सूर्य होकर प्रकाशमान हो रहा है - ऐसी भावना करना अहंग्र उपासना हो गयी। उपासना दो प्रकार की होती है : प्रतीक उपासना और अहंग्र उपासना। सूर्य ज्ञान का प्रतीक है और प्रकाश, ओज-तेज, शक्ति व स्फूर्ति का स्रोत है। सूर्य की व्याख्या करते हुए शास्त्र कहता है : सूर्य = सु+ईर् - 'सु' माना श्रेष्ठ और 'ईर्' माना प्रेरणा देनेवाला। 'सूर्यनारायण ! मेरी बुद्धि में ज्ञान-प्रकाश दो। आप आदित्य हैं, अभी हैं।'- यह हो गयी प्रतीक उपासना। यह सूर्यनारायण की उपासना की विधि बहुत सुंदर ढंग से बतायी है शास्त्रों ने।

असतो मा सद् गमय ।

प्रभु ! बन-बन के बिगड़नेवाले, बदलनेवाले असत् विकारों से मेरी रक्षा करके मुझे सत्य - जो सदा है, अपरिवर्तनशील है, एकरस है, उधर को ले चल ।

तमसो मा ज्योतिर्गमय ।

मुझे अंधकार से आत्मज्योति की ओर ले चल । मुझे नासमझी, अंधकार से बचाकर तेरे प्रकाशमय साक्षी, चैतन्य स्वभाव की ओर आकर्षित कर दे । मरनेवाले शरीर को 'मैं' मानने का मेरा अंधकार मिट जाय । मिटनेवाली वस्तुओं को 'मेरी' मानने का मेरा अज्ञान मिट जाय ।

मृत्योर्मा अमृतं गमय ।

प्रभु ! मुझे मृत्यु से अमरत्व की ओर ले चल । कभी न मरे, कभी न मिटे ऐसा मेरा अपना-आपा है, इसका मुझे पता नहीं । यह अज्ञान के ही कारण है । मरनेवाले शरीर और मिटनेवाली परिस्थितियों को सत्य मानकर बार-बार हम गर्भवास का दुःख भोग रहे हैं । जन्म का दुःख, जरा का दुःख, व्याधि का दुःख, मृत्यु का दुःख - ये बार-बार सताते हैं ।

जैसे यह सूर्य कभी बादलों से ढका रहता है ऐसे ही अपना ज्ञानस्वरूप, सत्स्वरूप, चेतनस्वरूप, आनंदस्वरूप आत्मा, काम, क्रोध, लोभ, मोह, अहंकार व मात्सर्य - इन विकाररूपी बादलों से ढका रहता है । आत्मसूर्य का प्रतीक है यह बाह्य सूर्य, जो जगत को प्रकाशित करता है । सूर्यदेव होने से ही जीवन संचारित होता है और प्रभातकाल में सूर्योदय प्राणिमात्र को विशेष जीवनदायिनी शक्ति, ऊर्जा देता है, उल्लास देता है, जीवन देता है । ऐसे ही वह परब्रह्म परमात्मा सभी देवताओं को, मनुष्यों को, प्राणियों को, पंचभूतों को जीवन देता है । जैसे सूर्य सृष्टि को जीवन देता है, ऐसे ही जीवनदाता परमात्मा सूर्य तथा पृथ्वी, जल व तेज को जीवन देता है ।

'ऋग्वेद' में आता है : **सूर्य आत्मा जगत-स्तस्थुषश्च ।** 'सूर्य स्थावर-जंगमात्मक जगत का आत्मा है ।' (१.११५.१)

पेड़-पौधों का, पक्षियों का, मानवों का, वातावरण के ऑक्सिजन का - सबका मानों सूर्य आत्मा है । अर्थात् सूर्य की उपस्थिति से जगत का व्यवहार चलता है और क्रियाएँ होती हैं ।

भगवान ने 'गीता' में सूर्य को अपनी एक विभूति बताया है :

आदित्यानामहं विष्णुर्ज्योतिषां रविरंशुमान् ।

'मैं अदिति के बारह पुत्रों में विष्णु और ज्योतियों में किरणोंवाला सूर्य हूँ ।' (गीता : १०.२१)

'छान्दोग्य उपनिषद्' में आता है : **आदित्यो ब्रह्मेति।** 'आदित्य ब्रह्म है - इस रूप में आदित्य की उपासना करनी चाहिए।' (३.१९.१)

सूर्य की उपासना, ॐकार की उपासना साधक को जल्दी उन्नत करती है, मनोवांछित फल देती है । तेज की इच्छावाले को तेज, बल की इच्छावाले को बल, बुद्धि के विकासवाले को बुद्धि-विकास, यशलाभ की इच्छावाले को यशलाभ मिल जाता है । जब भी सूर्यनारायण की साधना करें तो घुमा-फिरा के उस आत्मसूर्य में, परमात्मा में प्रीति हो जाय । 'सूर्यनारायण जिससे चमचम चमक रहे हैं उसी चैतन्य से मेरी आँखें चमकती हैं, मेरा मन विचार करता है, बुद्धि निर्णय लेती है । चंद्रमा में भी मेरे उस आत्मसूर्य की ही शीतलता है ।'- ऐसा चिंतन करें । बाह्य सूर्य तो उदय-अस्त होता-सा दिखता है लेकिन हमारा आत्मसूर्य तो सदैव ही उदित है, अस्त का सवाल ही नहीं है । यह सूर्य तो महाप्रलय में अदृश्य हो जाता है लेकिन महाप्रलय के बाद भी जीवात्मा का वास्तविक सूर्य- परमात्मा, ज्यों-का-त्यों रहता है । बाह्य सूर्य से हृदय का अज्ञान नहीं मिटता और आत्मसूर्य से हृदय का अज्ञान रहता नहीं । इसलिए ज्ञानयुक्त प्रतीक उपासना से केवल

उपासना ही नहीं होती, ज्ञान भी हो जाता है।

आदित्य देव की उपासना करते समय इस 'सूर्य गायत्री' मंत्र का जप करके ताँबे के लोटे द्वारा जल चढ़ाना विशेष लाभकारी माना गया है :

'ॐ आदित्याय विद्महे भास्कराय धीमहि।
तन्नो भानुः प्रचोदयात्।'

नहीं तो **'ॐ सूर्याय नमः, ॐ आदित्याय नमः, ॐ रवये नमः'** जपकर भी दे सकते हैं।

चढ़ाया हुआ जल धरती पर जहाँ गिरा वहाँ की मिट्टी का तिलक लगाते हैं और इस मंत्र का जप करके लोटे में बचे हुए जल से आचमन लेते हैं :

अकालमृत्युहरणं सर्वव्याधिविनाशनम्।
सूर्यपादोदकं तीर्थं जठरे धारयाम्यहम्॥

'अकाल मृत्यु को हरनेवाला व सर्व व्याधियों का विनाश करनेवाला भगवान सूर्यनारायण का चरणामृतरूपी तीर्थ मैं अपने जठर में धारण करता हूँ।'

इससे आरोग्य की खूब रक्षा होती है। बाद में आँखें बंद करके सूर्यनारायण का भ्रूमध्य में ध्यान करते हुए ॐकार का जप करें।

उपनिषद् हमें सूर्य से प्रेरणा लेने का संदेश देती है :

उदिते हि सूर्ये मृतप्रायं सर्वं
जगत्पुनश्चेतनायुक्तं सदुपलभ्यते।
यौऽसौ तपन्नुदेति स सर्वेषां
भूतानां प्राणानादायोदेति॥

जैसे भगवान सूर्य उदित होकर अपनी उज्ज्वल रश्मियों से, तेजपूर्ण आभा से सम्पूर्ण भूमण्डल को प्रकाशित कर देते हैं, उसी प्रकार हे मानव! तू स्वयं ऊँचा उठ। उन्नत हो और सूर्य की नाईं अपना आत्मतेज विकसित कर। फिर बिना किसी भेदभाव के सम्पूर्ण जनमानस के हताश-निराश हृदयों को आशा, उत्साह व आनंद के आलोक से सराबोर कर दे। ॐ आनंद... ॐ माधुर्य... ॐ ॐ ज्ञानप्रकाश... शक्ति, साहस... □

अपनी समझ को बदलो

- पूज्य बापूजी

जो होता है सब सपना है और उसको देखनेवाला आनंदस्वरूप परमात्मा अपना है। इस ज्ञान का आश्रय लो। कुछ लोग सोचते हैं : 'सास ऐसी हो जाय, बहू ऐसी हो जाय, बेटा ऐसा हो जाय...।' अरे! इसीका नाम दुनिया है। बहू को बदलो, बेटे को बदलो, सास को बदलो, फैशन को बदलो... इस सब खिलवाड़ में मत पड़ो, अपनी समझ को बदलो।

पूरे हैं वे मर्द जो हर हाल में खुश हैं।
मिला अगर माल तो उस माल में खुश हैं,
हो गये बेहाल तो उस हाल में खुश हैं॥

वाह-वाह! मित्र आ गया... तो खुश हो गये, शत्रु आ गया तो परेशान हो गये लेकिन मित्र उल्लास देने को और शत्रु कमजोरी को मिटाने आया है, आसक्ति मिटाने आया है। यह भगवान की व्यवस्था है।

'शत्रु आकर चला जायेगा, मित्र आकर चला जायेगा लेकिन कभी न जाय वह मेरा परम मित्र, मेरा दिलबर दाता मेरे साथ है।'- ऐसा ज्ञान देनेवाले गुरु जिनको मिल जाते हैं वे अमृत-तत्त्व को पा लेते हैं, सुख-दुःख के सिर पर पैर रखने में सफल हो जाते हैं। मान-हानि, जीवन-मरण उन्हें सपना लगता है। वे मौत से भी नहीं डरते।

सच्चे शिष्य तो मौत को भी भगवान की लीला समझते हैं। मौत आती है तो पुराने कपड़े लेकर नये कपड़े देती है। जीवन और मृत्यु में, सबमें भगवान की सत्ता ज्यों-की-त्यों है। जैसे हररोज नींद में मृत्यु जैसी निश्चेष्ट दशा हो जाती है तो पुष्ट हो जाते हैं, ऐसे ही मृत्यु के बाद नया, ताजा शरीर मिलता है। 'मृत्यु जिसकी होती है वह शरीर है, मेरी मृत्यु नहीं होती है। ॐ ॐ...' करके सच्चे गुरु के सच्चे चेले अपने अमर आत्मा को पा लेते हैं। □

सुख की पहचान क्या ?

- पूज्य बापूजी

मानो न मानो यह हकीकत है ।
इश्क इन्सान की जरूरत है,
खुशी इन्सान की जरूरत है,
शाश्वत सुख इन्सान की जरूरत है ॥

सुख को और जीवन को अलग करना असंभव है । सुख हमारा स्वभाव है । बिना सुख के जीवन हो नहीं सकता और बिना जीवन के सुख हो नहीं सकता । जीवन और सुख दोनों एक ही सिक्के के दो पहलू हैं लेकिन आश्चर्य की बात है कि सुख की माँग तो बनी रहती है; क्योंकि सुख की पहचान नहीं है । सुख भी मौजूद है, माँग भी मौजूद है पर सुख की पहचान नहीं है इसलिए हमलोग सोने के बदले पीतल लेकर आ जाते हैं और फिर देखते हैं कि यह नहीं... तो फिर और बदलो... फिर पीतल का और नमूना मिल जाता है ।

सुख का मतलब है कि एक बार सुख मिल जाय फिर दुःख की परिस्थितियाँ आ जायें तब भी तुम्हारे चित्त में उस ज्ञान की धारा, सुख की धारा का प्रभाव बना रहे । अमृत की पहचान क्या है कि जिसमें विष मिला दो तो वह भी अमृत हो जाय । गंगाजल की पहचान क्या है कि नल का पानी मिला दो तो वह भी गंगाजल हो जाय । जैसे अमृत पीये हुए आदमी को विष नहीं मारता, ऐसे जिसने सुख पा लिया है उसको दुःख ज्यादा देर दबा नहीं सकता ।

कई मूर्ख लोग तो घर है, गाड़ी है, पत्नी है, दो कारखाने हैं - यह ईंट, चूना, लोहा, लक्कड़ मिलता है तो उसीमें बुद्धू बन जाते हैं । इन्हीं चीजों को वे सुख का साधन समझते हैं ।

एक बड़ा सुखी साहब था । दो नंबर की कमाई थी उसकी । जहाँ हराम का पैसा ज्यादा आता है न, वहाँ बुद्धि खिन्न भी जल्दी होती है । साहब अपनी कार सजाकर दफ्तर में से जल्दी आ गये और श्रीमती को कहा : ''आज नयी पिक्चर लगी है, चलो देखने ।''

श्रीमती ने एक ही रंग की साड़ी व ब्लाउज पहना, उसी रंग की अन्य सामग्री तो सब थी लेकिन जब मैचिंग चप्पल नहीं मिली तो खिन्न हो गयी । पति ने मनाया, नहीं मानी । साहब को गुस्सा आ गया और दो-चार सुना दीं । खिन्नता ने आपस में कलह पैदा कर दिया और ऐसे झगड़े-ऐसे झगड़े कि पिक्चर की, दिवाली की, अनुकूल चप्पल के अभाव में होली कर दी । ऐसी बुरी तरह लड़े कि खाना खराब हो गया । ऐसा कोई सुखभोग नहीं जिसके पीछे दुःख, भय, रोग नहीं, कलह नहीं ।

यह है भोगियों का सुख । हैं अक्लवाले और खोज रहे हैं चप्पल ! यह अक्ल का दिवाला है । इसीलिए भगवान श्रीकृष्ण कहते हैं :

संतुष्टः सततं योगी यतात्मा दृढनिश्चयः ।
मय्यर्पितमनोबुद्धिर्यो मद्भक्तः स मे प्रियः ॥

'जो योगी निरंतर संतुष्ट है, मन-इन्द्रियोंसहित शरीर को वश में किये हुए है और मुझमें दृढ़ निश्चयवाला है - वह मुझमें अर्पण किये हुए मन-बुद्धिवाला मेरा भक्त मुझको प्रिय है ।' (गीता : १२.१४)

हकीकत में हमलोगों ने सुख पाया ही नहीं, हमलोगों ने पाया है हर्ष । हर्ष मन का विकार है । जितना हर्ष पाते हैं उतना शोक होता है ।

(शेष पृष्ठ २८ पर)

इतिहास सावधान करता है

भारतीय संस्कृति पर पिछली कुछ सदियों से लगातार विदेशी आक्रमण होते रहे हैं । जो भी महापुरुष वैदिक संस्कृति की पताका फहराते, उनके खिलाफ षड्यंत्र रचे जाते और उन्हें बदनाम करने व सताने के भरसक प्रयास किये जाते लेकिन वे षड्यंत्रकारी लोग उनका बाल भी बाँका न कर सके, उलटा उनके कुप्रचार से वे संत ही और अधिक महिमामंडित हुए ।

संत कबीरजी के खिलाफ हिन्दुस्तानियों को ही हथकंडा बनाया गया । कुप्रचारकों ने कबीरजी की निंदा के लिए एक वेश्या को पटाकर उनके ऊपर चरित्रहीनता का आरोप भरे बाजार में लगवाया । केवल यही नहीं, वेश्या ने अपने सुमंत नामक प्रेमी द्वारा संत कबीरजी का घास-फूस का छप्पर जलवा दिया । संत के सत्संगियों को धूप में बैठना पड़ा । इससे कबीरजी को कष्ट हुआ और आकाश की ओर देखते हुए उनके मुँह से 'उफ्' निकल गयी । इतना ही होना था कि बस, वेश्या का पक्का आलीशान मकान धू-धूकर जलकर खाक हो गया । लोगों ने वेश्या को बताया कि संत को सताने का ही यह फल है । वेश्या कबीरजी के पास गयी तो उन्होंने कहा : ''मैंने कुछ नहीं किया है । तेरे यार ने मेरा झोंपड़ा जलाया तो मेरे यार ने भी तेरा घर जला दिया ।''

संत को सतानेवाले, उनकी निंदा करनेवाले पर प्रकृति का कोप निश्चित रूप से होता है ।

स्वामी विवेकानंदजी द्वारा विदेशों में वैदिक सद्ज्ञान का डंका बजाये जाने से ईसाई मिशनरी बौखला गये । उन्होंने विवेकानंदजी के खिलाफ घृणित आरोप लगाना शुरू कर दिया । उस समय मिशनरियों के हथकंडे बने बिकाऊ अखबारों- 'नार्दम्पटन डेली हेराल्ड', 'बोस्टन', 'इवनिंग ट्रान्स क्रिप्ट', 'क्रिश्चियन एडवोकेट', 'डिट्राईट ट्रिब्यून', 'डिट्राईट जरनल' आदि ने उनके बारे में रँगीला बाबू, युवतियों से घिरा हुआ बदचलन साधु तथा अवयस्क नौकरानी से संबंधों की गाथा आदि अनर्गल प्रलाप किया । ऐसा पोस्टर जिसमें उन्हें अर्द्धनग्न लड़की के साथ दिखाया गया था, उनके प्रवचन-स्थल के सामने चिपका दिया गया । अपने स्वार्थ में बाधा आती देख विवेकानंदजी के कुप्रचार में लगे अपने ही देश के प्रतापचन्द्र मजूमदार अमेरिका में अपनी चाल में विफल हुए तो कलकत्ता आकर विवेकानंदजी का चरित्रहनन करने लगे । इधर वे उन पर जालसाज ठग, बहुस्त्रीगामी आदि आरोप लगवा रहे थे, उन्हें हिन्दुओं के किसी सम्प्रदाय का प्रतिनिधि न बताकर खिल्ली उड़ा रहे थे और उधर 'आऊटलुक', 'बोस्टन डेली एडवरटाइजर', 'डिट्रायट फ्री प्रेस' आदि बिकाऊ अखबारों ने उन्हें स्वेच्छाचारी रमणीप्रेमी आदि उपमाएँ दे दीं । 'इंटीरियर' पत्रिका ने उनके संबंध में भोंडे समाचार छापे । कुप्रचारकों ने विवेकानंदजी के सर्वनाश का भी ऐलान कर दिया ।

परंतु विवेकानंदजी को ऐसे झूठे दुष्प्रचार की न कोई चिंता थी और न ही कोई परवाह भी । वे संकल्प में मजबूत होते जा रहे थे । इस कारण उनके चाहनेवालों के बहुत कहने पर भी उन्होंने इस दूषित व अश्लील दुष्प्रचार का प्रतिवाद नहीं किया ।

'बोस्टन डेली एडवरटाइजर' का एक पत्रकार ब्लू बार्बर उनका इंटरव्यू लेने आया । प्रस्तुत हैं उसके कुछ अंश :

(प्रश्नकर्ता आरोप लगाते हुए...)

प्रश्न : आपके दुराचरण से परेशान होकर मिशीगन के भूतपूर्व गवर्नर की पत्नी श्रीमती वागले ने अपनी अल्पवयस्क नौकरानी को निकाल दिया । यह सब अखबारों में छप चुका है । आपको क्या कहना है ?

उत्तर : इसके लिए कृपया आप श्रीमती वागले

से पूछें और उनकी बात पर विश्वास करें ।... और सोचने-समझने की यदि शक्ति हो, नीर-क्षीर विवेकी बनने की इच्छा हो तो उस नौकरानी से जाकर पूछें । थोड़ा परिश्रम तो करना पड़ेगा ।

प्रश्न : आपको कुछ नहीं कहना (उपरोक्त विषय में) ?

उत्तर : नहीं ।

प्रश्न : श्री हेल ने अपनी पुत्रियों को आपसे मिलने से रोका है ? ...क्यों ?

उत्तर : उनकी दोनों अविवाहित पुत्रियाँ यहाँ मेरे साथ बैठी हुई हैं ।... उनसे पूछकर देखिये, परंतु मेरे सम्मुख नहीं, अलग से ।

विवेकानंदजी ने कुछ रुककर कहा : ''आप भाग्यशाली हैं । श्री वागले और उनकी नौकरानी, जिसके लिए आपके अखबार ने 'विवश होकर निकालना पड़ा' ऐसा लिखा है, वे आ रहे हैं ।''

ब्लू बार्बर सकपका गया । उसको ठंड में पसीने आ गये परंतु झेंप के कारण रुमाल निकालकर पसीना पोंछ नहीं सका ।

विवेकानंदजी ने कहा : ''ब्लू बार्बर ! कृपया आप अपना पसीना पोंछ लें । मुझे खेद है कि यहाँ पत्रकारिता का चरित्र अविश्वसनीय है । यह यहाँ के विकास के लिए अशुभ लक्षण है । मुझे और कुछ नहीं कहना है और जो कहा है वह छपेगा भी नहीं ।'' वे उठकर चल दिये । पत्रकार पसीना पोंछता रह गया ।

संत पर आरोप लगा के, उनके इंटरव्यूज को तोड़-मरोड़कर पेश करके या उनके नाम पर झूठे वक्तव्य छाप के श्रद्धालुओं के हृदय को पीड़ा पहुँचानेवाले ऐसे लोगों को कुछ कमाई हो भी जाय तो भी वह क्या परिणाम लाती है, इतिहास उसका गवाह है ।

किसीने ठीक ही कहा है :

अगर आराम चाहे तू, दे आराम खलकत को ।
सताकर गैर लोगों को, मिलेगा कब अमन तुझको ॥

दूसरी ओर जो समाज और संत के बीच सेतु बनकर धर्म, संस्कृति एवं देश की उन्नति का प्रयास करते हैं, वे महापुरुषों के साथ अपना भी नाम रोशन कर लेते हैं ।

स्वामी विवेकानंदजी को आज सारी दुनिया जानती है परंतु लोगों को गुमराह करने का भयंकर पाप लेकर अपने कुल-खान्दान को भी कलंकित करनेवाले निंदक नष्ट-भ्रष्ट हो गये ।

प्रसिद्ध संत नरसिंह मेहता की भी कुप्रचारकों ने खूब निंदा की । जिन्हें संतों के द्वारा हो रहा भारतीय संस्कृति का प्रचार-प्रसार सुहाता नहीं था, ऐसे लोगों ने उन महान संत के खिलाफ उन्हींकी जाति के लोगों को भड़काया और उनकी भयंकर निंदा करवायी, उन्हें जाति से बहिष्कृत करवाया । फिर भी भगवान की कृपा से उनका सारा काम अच्छी तरह से चलता रहा । अंत में संतद्रोहियों ने चंचला नामक एक वेश्या को उन्हें भ्रष्ट करने के लिए भेजा किंतु संत की कृपादृष्टि और उनके पावन उपदेश से उस वेश्या का जीवन ही बदल गया । वह वेश्यावृत्ति छोड़कर भगवान के भजन में लग गयी । दूसरी ओर सारंगधर नामक जिस हथकंडे ने यह षड्यंत्र रचा था उसे एक विषधर सर्प ने काट लिया, जिससे वह मृत्यु के मुँह में पहुँच गया । कोई इलाज काम नहीं आया । किसीने सुझाव दिया कि 'नरसिंह मेहता आजकल जादूगर बने हैं । वहाँ भी प्रयास करके देखा जाय ।' लोग उसे नरसिंह मेहता के पास ले गये । वहाँ भगवान के चरणामृत से उसका विष उतर गया और वह ठीक हो गया ।

ऐसे उदार संत की महिमा आज जगजाहिर है पर वे अधम निंदक कितने जन्मों तक कौन-कौन-सी नारकीय यातनाएँ झेलेंगे वे ही जानें ।

गुरु नानकदेवजी हिन्दू संस्कृति का प्रचार करते थे तो उनके खिलाफ भी उन्हींके जातिवालों को हथकंडा बनाकर कुप्रचार किया गया । **'उलटा**

मार्ग दसेंदा जी' आदि-आदि कहकर उनका खूब विरोध किया गया । उनको भी सताने का भरपूर प्रयास किया गया किंतु आज हिन्दू व सिख समाज बड़े आदर से गुरु नानकदेवजी का नाम लेता है । निंदकों के लिए 'गुरुवाणी' में आया है :

संत का निंदकु महा हतिआरा ।
संत का निंदकु परमेसुरि मारा ।
संत के दोखी की पुजै न आसा ।
संत का दोखी उठि चलै निरासा । ...आदि ।

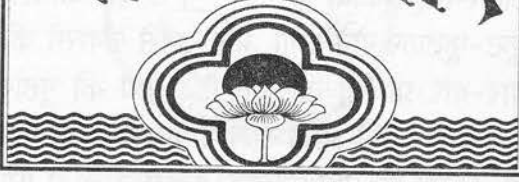
तो निंदकों की ऐसी दुर्गति होती है । काश ! पूज्य बापूजी के विरुद्ध कुप्रचार में लगे अधम लोग इन प्रसंगों से कुछ प्रेरणा लें और संत की निंदा जैसे कलुषित कर्मों से बाज आयें ।

राजेश सोलंकी जेल में गया, अमृत वैद्य का चित्र भी देख लीजिये- उसने भी सलाखों का मजा थोड़ा-सा लिया है । दूसरे लोग सबक लें, सुधर जायें तो कितना अच्छा ! अपने देश को तोड़नेवाले देश को तोड़नेवाली ताकतों के हथकंडे न बनें । ऐसे हथकंडे बने कुछ लोग जेल में जा चुके हैं । कुछ लोगों के घर आपदा नृत्य कर रही है तो कुछ के घर आपदा आने की तैयारी कर रही है । हमारी नम्र प्रार्थना है कि देशवासी आपस में भाईचारे से रहें । निंदा, विद्रोह फैलानेवालों की साजिश के शिकार न बनें । राज्य की, देश की जनता के साथ कोई जुल्म न करें । श्रद्धा तोड़ना बड़ा भारी जुल्म है । **- ओमप्रकाश मिश्र** ❑

हकीकत या साजिश ?

हाल के महीनों में संत श्री आसारामजी बापू सियासत की चपेट में आये थे। अपने सत्संग-प्रवचनों एवं विस्तृत सेवाकार्यों के माध्यम से जीवन के प्रति रचनात्मक विचारों एवं निष्काम कर्मयोग का प्रसार करने के लिए प्रख्यात ये संत, जिन्हें टीवी के माध्यम से घर-घर में लोग देखते-सुनते हैं, वे अचानक ब्रेकिंग न्यूज बन गये। विश्व भर में फैले उनके आश्रमों, समितियों, सत्संग व सेवा केन्द्रों से जुड़े तथा उनसे मंत्रदीक्षित करोड़ों भक्तों का हृदय उत्पीड़ित हुआ । उनके आश्रमों पर तंत्र-मंत्र के प्रयोग के लिए बच्चों की हत्या आदि अनेक आरोप लगाये गये । खबर को रोमांच से लैस करने के दबाव ने मीडिया को नयी भाषा दी, संत श्री आसारामजी बापू जैसे जन-प्रतिष्ठित संत के लिए भी कई अटपटे विशेषण ढूँढ़े गये। खबरों को भड़काऊ ढंग से प्रसारित-प्रकाशित कर संत की छवि पर प्रश्नचिह्न लगाने के तथा उनके भक्तों के श्रद्धा-विश्वास को तोड़ने के प्रयास जारी रहे परंतु बाद में खोज के निष्कर्ष 'खोदा पहाड़ निकली चुहिया, वह भी मरी हुई' जैसे साबित हुए ।

इस प्रकरण के बाद ब्रेकिंग न्यूज के सच की गुमशुदगी पर एक बड़ा सवाल खड़ा होता है। मीडिया के एक खास हिस्से ने हलके शब्दों का इस्तेमाल कर अपनी खबरों में रोमांच भरा था। सारे घटनाक्रम की छाया में एक सोची-समझी सियासत की बात भी सामने आने लगी । सत्संग, प्रवचन आदि को धंधा माननेवाले एक वर्ग ने पूरे चाव से इस खबर को देखा-सुना और प्रसारित किया । आखिर उस खबर का पुख्ता आधार कहाँ है ?

इन सारे सवालों के जवाब में वरिष्ठ पत्रकार नीरज भूषण इसे टेलीविजन चैनलों का टी.आर.पी. का खेल मानते हैं । उनका कहना है : ''विगत दिनों संत श्री आसारामजी बापू एवं उनके आश्रमों के संबंध में कुछेक अखबार व टेलीविजन चैनलों ने एकपक्षीय खबरों को अनावश्यक महत्त्व दिया और सनसनी फैलाने की कोशिशें कीं । खबरें सिर्फ झूठी ही नहीं थीं बल्कि बुरी मंशा से प्रकाशित एवं प्रसारित की गयी थीं । खबरों में बापू की जानबूझकर निंदा की गयी थी एवं आश्रमों को कलंकित करने के लिए दुष्प्रचार भी हुआ । करोड़ों साधकों और अनुयायियों की आस्था एवं भावनाओं के साथ खिलवाड़ करने की भी कोशिशें हुईं ।'' **(प्र.टु.ब्यूरो)**

मनुष्य-जीवन की शोभा क्या है ?

(पूज्य बापूजी के सत्संग-प्रवचन से)

सत्यस्वरूप ईश्वर में शांत होना ही गुरु की शरण है, भगवान की शरण है। ईश्वर की शरण कह दो, गुरु की शरण कह दो, अपना कल्याण कह दो - एक ही बात है। इसी शरण से भगवद्प्रसाद की प्राप्ति होती है। मनुष्य - जीवन की पहली शोभा है बुद्धिशीलता। यह बुद्धिदाता की शरण में जाने से बढ़ती है। मनुष्य-जीवन की दूसरी शोभा है वीरतापूर्वक पुरुषार्थ करना, संदेह न करना, डरपोकपना न रखना। मनुष्य-जन्म की तीसरी शोभा है विनम्रता। बलवान होते हुए भी विनम्रतापूर्वक छोटों को क्षमा कर दें। चौथी शोभा है अपना चित्त अभिमानरहित बनाना। इससे भगवान की शरण सहज, सुलभ हो जायेगी। अभिमानी को भगवद्शरण का रस नहीं आता। वह भगवान की शरण नहीं जाता। धन का अभिमान, सत्ता का अभिमान, विद्वत्ता का अभिमान, जाति का अभिमान, सुंदरता का अभिमान - ये सब नश्वर अभिमान हैं। 'मैं भगवान का हूँ, भगवान मेरे हैं, प्रिय हैं, हितैषी हैं, भर्ता हैं, भोक्ता हैं' - यह अभिमान सच्चा है।

सम्पत्ति का उदारतापूर्वक सत्पात्रों में, भगवान के रास्ते जानेवालों में दान करना यह मनुष्य-जन्म की पाँचवीं शोभा है। शक्ति का निष्काम भाव से सेवा में उपयोग करना यह शक्ति की शोभा है। शक्ति व वैभव से भोग न भोगकर ये भगवान की सेवा के ही साधन हैं ऐसा मानो। भगवान की प्रीति के लिए कर्म करके भगवद्शरण जाना यह धन, शक्ति व मनुष्य-जीवन की शोभा है। सत्य, ज्ञान, परमात्मप्रेम की प्राप्ति करना यह मनुष्य-जीवन की सर्वोपरि उपलब्धि है। भगवद्-कथा, भगवद्वार्ता, भगवद्ज्ञान, भगवद्स्मृति, भगवद्ध्यान के द्वारा नित्य नवीन भगवद्रस आता रहे यह मनुष्य-जीवन का वैभव है, फल है।

दूसरे के दोषों का विचार न करना और अपने दोषों को न ढँकना यह बुद्धिमत्ता की शोभा है। सात्त्विक कर्म करो लेकिन ढिंढोरा न पीटो कि 'मैंने यह किया, वह किया...' **नेकी कर, कुएँ में फेंक।** अपने स्वभाव में दया का सद्गुण विकसित करो, यह अंतःकरण की शोभा है। विनम्रता और उदारता, करुणा और निश्छलता का सद्गुण भगवान की शरण में बैठा देगा, भगवद्सुख में बैठा देगा, भगवद्शांति में बैठा देगा, भगवद्सामर्थ्य को मिला देगा। दुःखी और पीड़ितों के प्रति दया, सबके प्रति अहिंसक भाव, द्वेषी के प्रति भी अंदर में प्रेम का भाव रखो।

झूठ को सत्य से व दुर्बलता को परमात्मबल से जीतो। असाधुता को साधुताई के स्वभाव से जीतो, भोग को योग से जीतो, प्रलोभन को संयमी इन्द्रिय-विचार से जीतो तो मनुष्य-जीवन भगवद्शरणमय होते-होते भगवन्मय हो जायेगा। सुख की दशा में सुख के साधनों को सेवा में बाँटो और दुःख की दशा में सुख के लालच का त्याग करो तो आप सरलता से भगवद्शरण हो जाओगे। आप धनी हो तो दानी बनो और निर्धन हो तो त्यागी व तपस्वी बनो। आप सुखी हो तो सेवा करो, दुःखी हो तो इच्छा-तृष्णा का त्याग करो। इससे भगवान की शरण और भगवान का सुख मिलेगा।

भगवन्नाम-जप, भगवद्-आज्ञापालन और भगवद्कथा सुनना - ये भगवद्प्रेम को बढ़ानेवाले साधन हैं। व्यक्ति अगर विद्याहीन है तो कम बोलना चाहिए और बुद्धिमान है तो सारगर्भित बोलना चाहिए, निर्बल है तो सहनशील बनना चाहिए और शक्तिमान है तो दयालु बनना चाहिए। इससे भगवद्सुख मिलेगा, मनुष्य-जीवन की शोभा में निखार आयेगा। (शेष पृष्ठ २२ पर)

कुकर्म के प्रसाद रूप में जल गया प्रासाद

संत बहिणाबाई और उनके पति गंगाधरराव अपनी प्यारी कपिला गाय के साथ देहू गाँव में तुकारामजी महाराज के दर्शनार्थ आये थे। रास्ते में एक दिन गंगाधरराव को तुकारामजी से जलनेवाले वहीं के एक ब्राह्मण मंबाजी मिले। राव के आने का कारण पता चलते ही वे आपे से बाहर हो उठे और लगे तुकोबा को अनाप-शनाप कहने। गंगाधरराव से सहा नहीं गया, उन्होंने कहा : ''महाराज ! आप मुझे कुछ भी बोलिये पर भगवद्भक्त तुकोबा की निंदा कर व्यर्थ ही पाप की गठरी क्यों बाँध रहे हैं ?''

यह सुनकर मंबाजी गंगाधरराव पर आग-बबूला हो उठे व बदला लेने पर उतारू हो गये।

एक दिन बहिणाबाई और गंगाधरराव दोनों संत तुकोबा के भजन में मग्न थे। मौका पाकर मंबाजी धीरे-से उनकी कपिला को खोलकर ले गये। उसे खूब पीटा और तहखाने में छिपा दिया।

भजन के बाद कपिला को न देखकर बहिणाबाई शोक करने लगीं। गाँव भर खोजा, आस-पास के गाँवों में भी लोग भेजे गये पर कपिला का कहीं पता न चला। बहिणाबाई उसके विछोह से विह्वल हो उठीं। बहिणाबाई की गाय गुम होने का तुकोबा को भी भारी क्लेश हुआ। उनका चित्त उद्विग्न हो उठा। दो दिन बाद अकस्मात् तुकोबा के स्वप्न में आकर कपिला फूट-फूटकर रोने लगी और उनसे उबारने की बार-बार प्रार्थना करने लगी। गाय की गुहार सुन तुकोबा की आँखें खुलीं। गाय को पड़ी मार से तुकोबा की पीठ पर बड़े-बड़े फफोले हो गये और सारा शरीर बेरहमी की मार से दर्द कर रहा था। तुकोबा ने अपने दर्द की कुछ परवाह नहीं की और गाय के लिए अपने सर्वस्व आराध्य प्रभु से प्रार्थना की।

भगवान ने तुकारामजी महाराज की प्रार्थना सुनी। एकाएक मंबाजी के घर में आग लगी और अग्निदेव धू-धूकर उनका सर्वस्व स्वाहा करने लगे। लोग आग बुझाने दौड़ पड़े। इसी बीच उन्हें गाय का डकारना सुनायी दिया। सभी ठगे-से रह गये। गाय कहाँ है ? - खोज होने लगी। आखिर तहखाना खोला गया। गाय निकाली गयी। उसकी पीठ मार से सूज गयी थी।

संत तुकारामजी को पता चलते ही वे दौड़ते आये और कपिला को साष्टांग दण्डवत् कर उसके मुँह पर हाथ फेर के आँसू बहाने लगे। संत का यह गौ-प्रेम देख बहिणाबाई के शरीर पर अष्टसात्त्विक भाव उमड़ पड़े, वे रोमांचित हो उठीं।

एक ओर संत तुकारामजी की प्राणिमात्र के प्रति दयाभावना देखकर सभी गद्गद थे, वहीं दूसरी ओर निंदक स्वभाव के मंबाजी को संत-निंदा और निर्दोष गाय को पीटने के लिए फटकार लगा रहे थे। मंबाजी को अपने दुष्कर्म का पूरा फल प्राप्त हो गया था। उनका गगनचुम्बी प्रासाद और उसका सारा सामान राख का ढेर बन गया था। □

कर भला सो हो भला

किसी बादशाह का दरबार लगा हुआ था । सभी दरबारी, मंत्री, सेनापति एवं मान्यवर प्रजाजन उपस्थित थे । किसी महत्त्वपूर्ण विषय पर चर्चा शुरू होनेवाली ही थी कि सभीको एक पुकार सुनायी पड़ी : **'नेकों के साथ नेकी करो, बदों की बदी खुद उन्हींको तबाह कर देगी ।'**

बादशाह ने मंत्री से पूछा : ''कौन है यह गुस्ताख ?'' मंत्री ने कहा : ''हुजूर ! लोग इसे 'अलबेला' कहते हैं और यह रोज ऐसा ही चिल्लाते हुए घूमता रहता है ।''

दरबार में एक चुगलखोर था । चुगलखोरी उसकी नस-नस में इतनी समायी हुई थी कि अन्न-जल के बिना तो वह कोई दिन बिता दे लेकिन चुगली किये बिना उसका दिन नहीं बीतता था । बादशाह को नाखुश देख उसके मनरूपी ठूँठ में खुशी के अंकुर फूट निकले । वह तत्काल आगे बढ़ा और बादशाह से बोला : ''हुजूर ! यह तो ऐसी बेहुदी बातें बकता ही रहता है । मैंने तो इसे लोगों के सामने यह भी कहते हुए देखा है कि जहाँपनाह के मुँह से दुर्गन्ध आती है ।''

बादशाह ने हुक्म दिया : ''सिपाही ! उस कमबख्त को इसी वक्त हमारे सामने हाजिर करो । हम स्वयं इस बात की हकीकत जाँचेंगे ।''

चुगलखोर चिंता में पड़ गया । अब तो उसकी पोल खुलने ही वाली थी । जान बचाने के लिए वह दरबार से खिसक गया और दौड़ते-दौड़ते अलबेला के पास पहुँचा । उसे रोटी और प्याज की सब्जी पेट भर खिला दी । इतने में पूछते-पूछते सैनिक उस स्थान पर पहुँच गये और अलबेला को ले जाने लगे । चुगलखोर बोला : ''या अल्लाह ! तुम दरबार में जाओगे और अपने मुँह से इतनी भद्दी बदबू फैलाओगे तो खुदा भी तुम्हें नहीं बचा सकते । मुझे लगता है आज तो मौत ही तुम्हारे सिर पर नाच रही है ।''

बादशाह अपने पड़ोसी राजा के साथ वार्ता कर रहा था, इतने में अलबेला को बादशाह के सामने पेश किया गया । मुँह से बदबू फैलने के डर से अलबेला ने मुँह पर हाथ रखा था । चुगलखोर ने बादशाह को इशारा किया : 'देखिये, आपके मुँह से बदबू आती है ऐसा लोगों को दिखाने के लिए इसने अपना मुँह ढक दिया है ।'

पड़ोसी राजा के सामने बादशाह गुस्से को ऐसे पी गया जैसे कड़वी दवा । उसने अपने कोतवाल के नाम खत लिखा व अलबेला के हाथ में थमाकर बोला : ''जाओ ! यह खत तुम स्वयं कोतवाल को देना ।'' बादशाह का यह नियम था कि जब किसीको खास इनाम देना होता तब उसे शहर के कोतवाल के नाम खत लिखकर दे देता था । उस चुगलखोर को बड़ा आश्चर्य हुआ कि सजा-ए-मौत के बदले इनाम ! वह सिर खुजलाता हुआ बाहर निकला और अलबेला से बोला : ''जरा यह खत देना, मैं देखकर तुरंत लौटाता हूँ ।''

इतने में खुद कोतवाल वहाँ से गुजरा । डर के मारे चुगलखोर ने बिना पढ़े ही खत कोतवाल के हाथ में थमा दिया । खत में लिखा था कि 'पत्रवाहक का बिना देर किये कत्ल कर देना । अगर देर हुई तो पूछताछ होगी ।'

कोतवाल ने तत्काल म्यान से तलवार खींची । चुगलखोर चिल्लाया : ''कोतवालजी ! जरा आप बादशाह से तो पूछ लो ।'' लेकिन कोतवाल अब कहाँ रुकनेवाला था ? लोगों ने देखा कि एक ओर चुगलखोर का सिर जमीन पर लुढ़क रहा है और दूसरी ओर अलबेला नित्य की तरह जोर-से चिल्ला रहा है : **'नेकों के साथ नेकी करो, बदों की बदी खुद उन्हींको तबाह कर देगी ।'** ❐

प्रसन्नता का रहस्य

(पूज्य बापूजी के सत्संग से)

मन का प्रसाद प्रसन्नता और खुशी है। यदि किसीके मन में खुशी नहीं है तो उसे पाने के लिए वह न जाने क्या-क्या करता है। खुशी क्यों नहीं है ? मिटनेवाले संबंध, वस्तु, परिस्थिति और व्यक्तियों को अमिट रखने की इच्छा हमें अमिट, आनंदस्वरूप आत्मा से दूर रखती है, बार-बार जन्म-मृत्यु के चक्र में पटकती रहती है।

आकाश-पाताल में ऐसा कोई देव नहीं है जो आपको गर्भ में डाल रहा हो। ऐसा कोई चित्रगुप्त मोरपंख से आपका लेखा नहीं लिख रहा है। छोटी बुद्धिवाले संसारियों के लिए चित्रगुप्त की कल्पना की जाती है, ताकि वे ईश्वर के रास्ते पर चलें और दुष्कर्म से बचें। चित्रगुप्त सबका लेखा लिखने बैठे तो जीवों की संख्या का कोई पार नहीं है, चित्रगुप्त भी थक जाय। चित्रगुप्त अर्थात् आप जो भी संबंध मानते हो वे गुप्त रूप से आपके अंदर अंकित हो जाते हैं। जैसे जन्म से पहले आपका कोई नाम नहीं था, व्यवहार के अनुसार नाम आपको दिया गया। कुल-परम्परा के अनुसार आप पर जाति थोपी गयी। ये व्यवहार चलानेमात्र के लिए हैं। जन्म से पहले आपका नाम, जाति नहीं थी; जन्म से पहले आपके संबंध नहीं थे और मृत्यु के बाद भी नहीं रहेंगे। अब ये संबंध कहाँ जा रहे हैं जरा सोचो, नहीं की तरफ जा रहे हैं।

दो चीजें होती हैं : (१) रहनेवाली (२) बहनेवाली। रहनेवाली है आत्मसत्ता और बहनेवाली है माया। ये संबंध मायावी हैं इसलिए बहनेवाले हैं। बहनेवाली चीजों का उपयोग करो और रहनेवाली चीज में थोड़ी विश्रांति प्राप्त कर लो तो बेड़ा पार हो जायेगा। रहनेवाला आपका आत्मा है। उसका कभी कुछ नहीं बिगड़ता। वह हाजरा-हजूर है। संसार के साथ आपका संबंध नहीं था तब भी उसके साथ आपका संबंध था। संसार के साथ आपका संबंध बिगड़ जायेगा तब भी उसके साथ संबंध रहेगा। आप परमात्मा के साथ का आपका संबंध तोड़ना चाहो तो तोड़ नहीं सकते और संसार के संबंध टिकाना चाहो तो टिका नहीं सकते। यह बात आप समझोगे तो निश्चिंत हो जाओगे, प्रशांत हो जाओगे, आपको आत्मविश्रांति मिल जायेगी, आपको प्रसाद की प्राप्ति हो जायेगी।

लोग बोलते हैं : महाराज ! आपको देखकर लगता है कि आपके पास कौन-सा राज्य है ? आपको देखकर होता है कि आपके पास कुछ खजाना तो है !

मैंने कहा : मैं वस्तुओं का राजा नहीं, मैं अपने-आपका राजा हूँ। अपने असली संबंध का मैं संबंधी हूँ। यहाँ शाश्वत खजाना जरूर है, मैं अकेला उसका उपयोग करना भी नहीं चाहता, सबको देना चाहता हूँ लेकिन यहाँ आनेवाले नश्वर की माँग करते हैं और शाश्वत धरा-का-धरा रह जाता है। 'यह चाहिए, वह चाहिए...' के बाद क्या करोगे ? फिर आराम करेंगे... तो भैया ! अभी आत्मा में आराम कर लो।

मैंने सुनायी थी वह दिल्ली के सेठ की कथा। एक सेठ था। वह अपने-आपका सेठ था। उसकी मिट्टी के खिलौनों की दुकान थी चाँदनी चौक में। दोपहर का समय था तो सो गया। वहाँ एक अमेरिकन यात्री घूमता-घूमता आ गया। वह उसे

देखकर हक्का-बक्का रह गया, बोला : ''ओ भारतीय ! सो क्यों रहा है ? आराम क्यों कर रहा है ? मिट्टी के खिलौने इतने सुहावने हैं, ग्राहकों को बुलाओ !''

उसने पूछा : ''फिर क्या होगा ?''

''ग्राहक ज्यादा आयेंगे तो रुपया ज्यादा कमाओगे । उससे और एक दुकान खोल लेना । तीसरी खोलना, चौथी खोलना, फिर बहुत पैसा इकट्ठा करना और अमेरिका आना ।''

''फिर क्या ?''

''फिर वहाँ बहुत डॉलर कमाना । फिर स्विट्जरलैंड में एक बँगला खरीदना और एक हाउसबोट कश्मीर में खरीदना । फिर आराम करना ।''

''पागल ! अभी आराम कर रहा हूँ, इतनी मजदूरी के बाद आराम क्या करना ? आराम ही पाना है तो मुझे अभी अपने राम में, अकाल पुरुष में आराम पाने दे । यह कर लो, वह कर लो फिर आराम ? फिर आराम हराम, अभी का आराम राम में आराम !''

इतना-इतना करते हो शांति और प्रसन्नता पाने के लिए परंतु यदि माने हुए संबंधों, मानी हुई परिस्थितियों से शांति मिलती तो रावण, हिटलर और सिकंदर के पास होती ।

जितना-जितना हम संबंधों से सुख लेने की कोशिश करते हैं उतने ही बेचैन, अशांत, दुःखी होते हैं और अपने-आपसे ही दूर चले जाते हैं क्योंकि हमारी मान्यता, योग्यता भी बदलती रहती है, इन्द्रियाँ भी क्षीण होती रहती हैं और पदार्थ भी बदलते रहते हैं ।

हम चाहते हैं कि संबंध टूटें नहीं इसलिए माने हुए संबंधों को बार-बार बनाये रखते हैं । हर दिवाली पर इन संबंधों को ताजा करते हैं । हर बेटे-बेटी की शादी पर इन संबंधों का नूतनीकरण करते हैं । तो भी इन संबंधों में ज्वालामुखी फूटते ही रहते हैं । इन संबंधों को सँभालते-सँभालते मनुष्य पूर्ण जीर्ण-शीर्ण हो जाता है, फिर भी इन संबंधों से पूर्ण विश्रांति किसी भी व्यक्ति को मिली हो तो बताओ । ये तो जादू के लड्डू हैं, जो खायेगा वह भी पछतायेगा, नहीं खायेगा वह भी पछतायेगा ।

अतः हे मनीराम (मन) ! इन संबंधों की आसक्ति तू भीतर से नहीं छोड़ेगा तो ये डंक मारेंगे । ये संबंध जीते-जी तो परेशान करते ही हैं लेकिन मौत के बाद भी प्रेत होकर परेशान करते हैं ।

भगवान श्रीकृष्ण कहते हैं :

मनःप्रसादः सौम्यत्वं मौनमात्मविनिग्रहः ।
भावसंशुद्धिरित्येतत्तपो मानसमुच्यते ॥

'मन की प्रसन्नता, शांत भाव, भगवद्चिंतन करने का स्वभाव, मन का निग्रह और अंतःकरण के भावों की भलीभाँति पवित्रता - इस प्रकार यह मन-संबंधी तप कहा जाता है ।'

(भगवद्गीता : १७.१६)

मन की अशांति का मुख्य कारण है कि माने हुए संबंधों को सच्चा मानते हैं और वास्तविक संबंध का एहसास नहीं करते हैं । यह मूल कारण है मन की अशांति और जन्म-मृत्यु का । दूसरा कारण है कि बने हुए संबंधों को शाश्वत रखना चाहते हैं और प्राप्त वस्तुओं को अपना मानते हैं । शरीर मिला हुआ है, पत्नी, पुत्र मिले हुए हैं । मिली हुई चीजें आपकी नहीं हैं, वे चीजें देनेवाले की हैं । हृदय में छुपे हुए परमेश्वर में आप आराम करो और नहीं रहनेवाले संबंधों का सत्स्वरूप आत्मसुख पाने के लिए सदुपयोग करो; सुखभोग नहीं सुखयोग । ऐसा ज्ञान संत दे देते हैं ।

जो वस्तु जैसी है वैसी ही समझने से आदमी निश्चिंत हो जाता है । जैसे - ट्यूबलाइट, बल्ब आदि सब मिलकर भी जिस सूर्य के प्रकाश की बराबरी नहीं कर सकते वह सूर्य रोज शाम को अस्त हो जाता है तो क्या आपको लगता है कि अँधेरा हो जायेगा तो क्या होगा ? नहीं, आपको

चिंता नहीं होती लेकिन घर की लाइट चली जाती है तो आप परेशान हो जाते हो । इतना बड़ा सूर्य अस्त हो जाता है तो आप निश्चिंत रहते हो और आपके घर की मोमबत्ती बुझ जाती है तो परेशान हो जाते हो, डर जाते हो क्योंकि माना हुआ संबंध है । वह बुझ न जाय ऐसी पकड़ है । मित्र के साथ संबंध हुआ तो कभी टूट सकता है । जहाँ पकड़ है वहाँ दुःख है, भय है । धन की पकड़ होती है तो निर्धनता से दुःख होता है । सुख की पकड़ से दुःख का भय, जीने की पकड़ से मृत्यु का भय और संयोग की पकड़ से वियोग का भय होता है । सुख की इच्छा छोड़ दो तो दुःख का भय भी दूर हो जायेगा, आप सचमुच सुखी हो जाओगे । आप शाश्वत रहनेवाले हो, आप प्रलय के बाद भी रहनेवाले हो । अपने-आपको पहचान लो ! संसार के संबंध बदलते रहते हैं, इनकी पकड़ मन की शांति को भंग करती है ।

अशांति का भी द्रष्टा होकर अशांति से संबंध-विच्छेद कर लो । नाक से लम्बे श्वास लो और गुरुमंत्र का जप करके जोर-से फूँक मारो । 'ॐ'कार का दीर्घ जप करते हुए १० मिनट तक भगवान के, गुरु के चित्र को एकटक देखो और चंचलता व अशांति से अपनेको न्यारा, प्रभु का प्यारा जानो । अपने सुख-स्वभाव, प्रेम-स्वभाव की याद जगाओ । आपका और ईश्वर का संबंध अमिट है । जितना भगवान श्रीकृष्ण, महात्मा बुद्ध और अन्य महापुरुषों का परमात्मा के साथ संबंध है उतना ही आपका है लेकिन अंतर इतना ही है कि श्रीकृष्ण जानते हैं इसलिए पूर्ण हैं और आप नहीं जानते इसलिए परेशान हो । केवल करवट लेना बाकी है, ज्यादा परेशानी नहीं है । होम, हवन, उपवास, शीर्षासन, जप आदि करने से भी इतना सारा लाभ नहीं होता, जितना परमात्मा के साथ के अपने शाश्वत संबंध को स्वीकार करने से होता है । ❐

वेद की बात क्यों नहीं मानते ?

- पूज्य बापूजी

मैं आपसे पूछूँगा कि 'आज कौन-सा दिन है ?'

आप बोलेंगे : 'रविवार है ।'

मैं बोलता हूँ : 'झूठी बात है, आज सोमवार है ।'

'नहीं स्वामीजी ! रविवार है ।'

'आप कैसे बोलते हो कि रविवार है ? रविवार को क्या कहीं आज बाजार में घूमता-फिरता देखा था कि यह रविवार है ?'

'नहीं बाबाजी ! पंचांग ऐसा कहता है ।'

आप ज्योतिष शास्त्र की बात मानते हैं, पंचांग की बात मानते हैं तो वेद की बात क्यों नहीं मानते ? ज्योतिष की, पंचांग की बात मानकर बोलते हो कि आज रविवार है तो वेद कहता है, शास्त्र कहते हैं, 'गीता' कहती है :

ममैवांशो जीवलोके जीवभूतः सनातनः ।

'इस देह में यह सनातन जीवात्मा मेरा (भगवान का) ही अंश है ।' (१५.७)

'गीता' कहती है : आप सनातन हैं । आपका आत्मा और परमात्मा एक है । आपका आत्मा अजर है, अविनाशी है । परमात्मा अविनाशी है तो आप भी अविनाशी हैं । परमात्मा ज्ञानस्वरूप है तो आप भी ज्ञानस्वरूप हैं । परमात्मा चैतन्यस्वरूप है तो आप भी चैतन्यस्वरूप हैं । अपने क्षुद्र अहं से ममता हटी तो जंजीरें कटीं । दुःख, परेशानी क्षुद्र 'मैं' को होती है, शुद्ध 'मैं' को नहीं । चिंता, शोक, भय, अहंकार-सब क्षुद्र 'मैं' को होता है । यह शास्त्र की बात भी मानो । जो आदमी अपनेको चैतन्य, सनातन, शाश्वत मानता है वह ऐसे ही साक्षात्कार करके मुक्त हो जाता है और जो अपनेको पापी मानता है, दुःखी मानता है वह आदमी दुःखी रहता है । ईश्वर को पाना कठिन नहीं है लेकिन जिनको ईश्वर को पाना कठिन नहीं लगता है ऐसे महापुरुषों को पाना और उनके चरणों में टिके रहना कठिन है । ❐

जीवनशक्ति का विकास

(अंक १९० से आगे)

जीवनशक्ति पर शारीरिक स्थिति का प्रभाव :

हिटलर जब किसी इलाके को जीतने के लिए आक्रमण की तैयारी करता तब अपने गुप्तचर भेजकर जाँच करवाता कि उस इलाके के लोग कैसे चलते-बैठते हैं - युवानों की तरह सीधा या बूढ़ों की तरह झुककर ? इससे वह अंदाजा लगा लेता कि वह इलाका जीतने में परिश्रम पड़ेगा या आसानी से जीता जायेगा।

सीधा बैठने-चलनेवाले लोग साहसी, हिम्मतवाले, बलवान और दृढ़निश्चयी होते हैं। उन्हें हराना मुश्किल होता है। झुककर चलने-बैठनेवाले जवान हों तो भी निरुत्साही, दुर्बल, डरपोक व निराश होते हैं। उनकी जीवनशक्ति का ह्रास होता रहता है। चलते-चलते जो लोग बातें करते हैं वे मानों अपने-आपसे शत्रुता करते हैं। इससे जीवनशक्ति का खूब ह्रास होता है।

हरेक प्रकार की धातुओं से बनी कुर्सियाँ, आरामकुर्सी, नरम गद्दीवाली कुर्सियाँ जीवनशक्ति को हानि पहुँचाती हैं। सीधी, सपाट, कठोर बैठकवाली कुर्सी लाभदायक है।

पानी में तैरने से जीवनशक्ति का खूब विकास होता है। तुलसी, रुद्राक्ष, सुवर्णमाला धारण करने से जीवनशक्ति बढ़ती है।

जीवनशक्ति विकसित करना और जीवनदाता को पहचानना यह मनुष्य-जन्म का लक्ष्य होना चाहिए। केवल तंदुरुस्ती तो पशुओं के पास भी होती है, दीर्घ आयुष्यवाले वृक्ष भी होते हैं लेकिन हे मानव ! तुझे दीर्घायु होने के साथ दिव्य दृष्टि भी खोलनी है।

हजारों तन तूने पाये, मन में हजारों संकल्प-विकल्प आये और गये। इन सबसे जो परे है, इन सबका जो वास्तविक जीवनदाता है वह तेरा आत्मा है। उस आत्मबल को जगाता रह... उस आत्मज्ञान को बढ़ाता रह... उस आत्मप्रीति, आत्मविश्रांति को पाता रह। ॐ... ! ॐ... !! ॐ... !!!

***

सफलता का रहस्य

कोई आदमी गद्दी-तकियों पर बैठा है, हट्टा-कट्टा है, तंदुरुस्त है, लहलहाता चेहरा है तो उसकी यह तंदुरुस्ती गद्दी-तकियों के कारण नहीं है अपितु उसने जो भोजन आदि खाया है, उसे ठीक से पचाया है इसके कारण वह तंदुरुस्त है, हट्टा-कट्टा है।

ऐसे ही कोई आदमी ऊँचे पद पर, ऊँची शान में, ऊँचे जीवन में दिखता है, ऊँचे मंच पर से वक्तव्य दे रहा है तो उसके जीवन की ऊँचाई मंच के कारण नहीं है। जाने-अनजाने में उसके जीवन में परहित-परायणता है, आत्मनिर्भरता है, एकाग्रता, संयम, सादगी, सज्जनता है इसी कारण वह सफल हुआ है।

जैसे तंदुरुस्त आदमी को देखकर ऐसा मानना कि 'वह गद्दी-तकियों के कारण तंदुरुस्त है' यह गलत है, ऐसे ही ऊँचे पदों पर बैठे हुए व्यक्तियों के विषय में सोचना कि 'ऊँचे पदों के कारण वे ऊँचे हो गये हैं, छल-कपट करके ऊँचे हो गये हैं' यह गलती है। वास्तव में ऐसी बात नहीं है। छल-कपट और धोखाधड़ी से तो उनका अंतःकरण नीचा होता और वे असफल रहते। जितने वे सच्चाई पर होते हैं, जाने-अनजाने में भी परहित में रत होते हैं, उतने वे ऊँचे पद को पाते हैं।

(आश्रम से प्रकाशित पुस्तक 'जीवन विकास' से क्रमशः) ❐

उनकी तुलना किससे करें ?

(पूज्य बापूजी के सत्संग से)

अष्टावक्रजी महाराज कहते हैं :

बहुनात्र किमुक्तेन ज्ञाततत्त्वो महाशयः ।
भोगमोक्षनिराकांक्षी सदा सर्वत्र नीरसः ॥

'यहाँ बहुत कहने से क्या प्रयोजन ? तत्त्वज्ञानी महाशय भोग और मोक्ष दोनों में निराकांक्षी, सदा और सर्वत्र रागरहित रहता है।'

(अष्टावक्र गीता : १८.६८)

जिन महाशयों ने तत्त्व को जाना है, उनका क्या स्वभाव होता है, वे कैसे होते हैं... उनके लिए अब ज्यादा क्या कहें ? अष्टावक्रजी कहते हैं : **भोगमोक्षनिराकांक्षी...** उस बुद्धपुरुष को भोग तो नहीं चाहिए लेकिन अब मोक्ष की भी उसको आकांक्षा नहीं रही। यश, धन, स्वर्ग, देवी-देवता, जीना-मरना - ये तो कुछ नहीं चाहिए, अब उसको मोक्ष की भी आकांक्षा नहीं।

भक्तिमार्ग के आचार्य कहते हैं कि भगवान का भक्त मोक्ष भी नहीं चाहता, वह भक्ति चाहता है। लेकिन बुद्धपुरुष मोक्ष भी नहीं चाहता, भक्ति भी नहीं चाहता और भोग भी नहीं चाहता। जब तक भक्ति आपसे पृथक् होगी तब तक करोगे। आप बंधन में हैं तो मोक्ष चाहोगे। जब बंधन भी नहीं और मुक्ति आपसे पृथक् भी नहीं फिर किस बात की आकांक्षा रहेगी ?

अष्टावक्रजी का यह अनुभव है। तुम्हारा जब कोई आशय नहीं होता है, कोई इच्छा-वासना नहीं होती है तो कितने भी विघ्न आते हैं, प्रकृति अपने ढंग से व्यवस्था करके उन्हें दूर कर देती है। जब तुम सार को पा लोगे तो तुम्हारा अपने लिए जीने का कोई आशय नहीं रहेगा कि 'मेरा उधर क्या होगा ? इधर भला होगा कि उधर भला होगा ?' मरने का कोई भय नहीं, निंदा का कोई भय नहीं, वाहवाही की कोई इच्छा नहीं। यश-अपयश, लाभ-हानि और जीवन-मरण में कोई सार नहीं लगेगा।

जब तक सार को नहीं पाया तब तक सब सार दिख रहे हैं। मन कई-कई जगहों पर सार दिखाता है और अंत में यही बोलता है कि सब असार है। व्यक्ति जब निर्धन होता है तो समझता है कि धन में सार है। धन मिलता है तो बोलता है: 'अधिक धन में सार है।' अधिक धन मिल जाय तो मन बोलता है : 'इसमें कुछ नहीं।' कोई सत्ता में सार दिखाता है, कोई कहीं सार दिखाता है लेकिन जब तत्त्वज्ञान होगा तब पता चलेगा कि आज तक ये सारे-के-सारे मन के खेल थे, मन के सब धोखे थे। सिवाय धोखे के और कुछ नहीं है। अष्टावक्र मुनि कितनी गहरी बात बता रहे हैं :

भोगमोक्षनिराकांक्षी सदा सर्वत्र नीरसः ।

सदा सर्वत्र नीरसः । बुद्धपुरुष को ऐसा नहीं है कि समाधि में बैठा है तो संसार से नीरसता है अथवा संसार में है तो समाधि से नीरसता है। **सदा सर्वत्र नीरसः ।** नीरस होते हुए भी रसीला दिखता है यह अजब है ! अकर्ता होते हुए भी कर्ता दिखता है यह अजब है ! अजन्मा होते हुए भी जन्मवाला दिखता है यह अजब है और कुछ नहीं करना है फिर भी वह बड़े-बड़े कार्य आरंभ करता है। अनारंभी होते हुए भी महाआरंभी दिखता है !

याज्ञवल्क्य ऋषि ने जब राजा जनक को उपदेश दिया, तब जनक ने पूछा : ''गुरुजी ! वह परमहंस कैसा होता है ?''

ऋषि बोले : ''इस बात को छोड़ दे, गड़बड़ में पड़ जायेगा।''

''नहीं गुरुजी ! बताइये। संन्यासी परमहंस-विरक्त परमहंस कैसा होता है ?''

''कल सुबह दिखा दूँगा।''

शाम को गये और अपनी पत्नियों - कात्यायनी व मैत्रेयी को अपनी धन-सम्पत्ति बाँट दी तथा दूसरे दिन आकर कौपीन व खड़ाऊँ पहनकर चल दिये और जनक से बोले :

''जनक ! परमहंस कैसा होता है, देख ले।''

जनक बोले : ''गुरुजी ! बैठिये।''

''बात पूरी हो गयी।''

''गुरुजी ! पधारो, आप तो मेरे गुरु हैं।''

''अब गुरु और शिष्य क्या बनना... ''

चल दिये तो चल दिये फिर कभी नहीं लौटे। **बहुनात्र किमुक्तेन...** उन महाशयों को कौन-से तराजू में रखा जाय, कोई पता नहीं।

एक बार लीलाशाहजी बापू मुंबई में टहलने गये। अब ज्ञानी तो ज्ञानी हैं, सर्वत्र ब्रह्म है तो उनके लिए भीड़-भड़ाका, एकांत सब एक ही है। टहलते-टहलते वे भीड़ में भी सैर करने निकल पड़े। चौपाटी पर कोई ज्योतिषी बैठा था। एक-दो आदमी उसे हाथ दिखा रहे थे तो लीलाशाहजी बापू वहाँ भगत बनकर बैठ गये और बोले : ''हुजूर ! मेरा हाथ भी देखें।''

वह बोला : ''महाराज ! तुम्हारी उम्र तो बहुत हो गयी, तुमने घर छोड़ा है, भेष लिया है। तुम्हें भगवान में श्रद्धा तो है, भगवान की भक्ति तो करते हो, अच्छा यह...।''

अब उसको पता नहीं कि 'कौन-से सम्राट को मैं धोखा दे रहा हूँ' और वे मजे-से धोखा भी स्वीकार कर रहे हैं।

बोला : ''महाराज ! अब बाकी तीन साल तुम कड़ा परिश्रम करो तो तुम्हें भगवान मिलेगा।''

हालाँकि ४० साल पहले ही उनको भगवान मिले थे, ४० साल पहले से वे भगवत्स्वरूप हैं। भगवान मिलने से भगवत्स्वरूप हो जाते हैं ज्ञानी।

महाराज बोले : ''यार, तीन साल ! थोड़ा कम कर दे न !''

''तो फिर कोई जप-व्रत कराओ। ब्राह्मण लोग तो भगवान को भी २ घंटे पहले जन्म दे देते हैं...''

स्वामीजी ने अपने सेवक को कहा : ''इस बेचारे को दक्षिणा में रुपये दे दो। कुछ भी हो, मेरा हाथ तो इसके हाथ में आ गया है।''

रुपये दिये उसको।

वह बोला : ''अच्छा महाराज ! आप मेहनत करना, दुआ होगी।''

लीलाशाहजी बापू बोलते हैं : ''आशीर्वाद कर दे।''

बहुनात्र किमुक्तेन... बाबा ! और क्या बोलूँ उन फकीरों के लिए ? उन महाशयों के लिए और क्या बोला जाय ? उठने को हैं फिर सोचते हैं कि 'अरे, रुपये भी दिये, सिर पर हाथ भी रखवाया। सिर और हाथ दोनों का स्पर्श किया फिर भी यह बेचारा अनजान रह जाय, ठीक नहीं है।'

बोले : ''भाई ! तू क्या बोलता है ?''

वह बोला : ''महाराज ! मिल जायेगा भगवान।''

''पागल ! तुझे पता नहीं मैं भगवान का बाप लगता हूँ। समझता है कि नहीं ?''

''महाराज ! मुझे पता नहीं था।''

''पैर छू !''

पैर छुआये, सिर पर हाथ रखा। **बहुनात्र किमुक्तेन...**

बहुत-सा कहना क्या कहूँ, निज घर में आराम।
साधु संतोषी भला, अनपेक्ष निष्काम॥

उनके भीतर क्या होता है... अब उन महाशयों के लिए ज्यादा क्या कहा जाय ? बुद्ध को समझने के लिए थोड़ा बुद्धत्व चाहिए, **(शेष पृष्ठ २४ पर)**

अभ्यास की बलिहारी

(पूज्य बापूजी के सत्संग-प्रवचन से)

एक पहलवान बड़े भैंसे को उठा लेता था। कोई संत गये, बोले : ''इतना बड़ा भैंसा तू उठाता कैसे है ?''

वह बोला : ''बाबाजी ! सच कहूँ, भैंस ने जब छोटा-सा पाड़ा दिया था, उस दिन मैंने उसे उठाया। फिर रोज मैं उसे उठाता। वह बढ़ता गया और मैं उठाने का अभ्यास करता गया। अब वह बड़ा भैंसा हो गया, फिर भी उसे उठाना मेरे लिए आसान है लेकिन लोगों के लिए चमत्कार हो गया।''

तो यह अभ्यास की बलिहारी है। मन तो आपका गुलाम है। ईश्वर ने दस दासियाँ और एक मुनीम दिया है। पाँच कर्मेन्द्रियाँ और पाँच ज्ञानेन्द्रियाँ - ये दस दासियाँ हैं और इनको चलानेवाला मनरूपी मुनीम आपका नौकर है। मन है आपका मुनीम, आप हैं स्वामी लेकिन मन से आप गलत काम करवाते हैं तो मन आप पर हावी हो जाता है, उच्छृंखल हो जाता है। फिर आपका कहना नहीं मानता, वह जैसा चाहता है ऐसा आपको नचाता है। हकीकत में तो मन हमलोगों के कहने में होना चाहिए लेकिन मन से हमने अनधिकार चेष्टाएँ करवा-करवाकर उसको इतना उच्छृंखल कर दिया कि अब हम मन जहाँ ले जाय वहाँ जाते हैं, मन जो कराये वह करते हैं, मन जो सोचाये वह सोचते हैं, मन जो अच्छा कहे वह अच्छा, जो बुरा कहे वह बुरा मानते हैं। वास्तव में हम खो गये, मन ही हम पर राज्य कर रहा है। गीताकार हमें मन को वश करने का उपाय बताते हैं। अर्जुन ने पूछा :

चंचलं हि मनः कृष्ण प्रमाथि बलवद्दृढम्।
तस्याहं निग्रहं मन्ये वायोरिव सुदुष्करम्॥

'हे श्रीकृष्ण ! यह मन बड़ा चंचल, प्रमथन स्वभाववाला, बड़ा दृढ़ और बलवान है। इसलिए उसको वश में करना मैं वायु को रोकने की भाँति अत्यंत दुष्कर मानता हूँ।' **(गीता : ६.३४)**

तब भगवान बोलते हैं :

असंशयं महाबाहो मनो दुर्निग्रहं चलम्।
अभ्यासेन तु कौन्तेय वैराग्येण च गृह्यते॥

'हे महाबाहो ! निःसंदेह मन चंचल और कठिनता से वश में होनेवाला है परंतु हे कुंतीपुत्र अर्जुन ! यह अभ्यास और वैराग्य से वश में होता है।' **(गीता : ६.३५)**

जो आदमी अभ्यास नहीं करते और वैराग्य रखते हैं उनका वैराग्य उन्माद-सा हो जाता है, उच्छृंखल-सा हो जाता है, बेवकूफी का हो जाता है। पहले जीवन में भगवद्ध्यान का अभ्यास होना चाहिए। जैसे खेती किये बिना जो फसल काटना चाहते हैं उनको आप क्या कहेंगे ? ऐसे ही भगवद्ध्यान के अभ्यास के बिना जो जीवन में वैराग्य चाहते हैं, वैराग्य का स्वाद उन्हें नहीं आता। वैराग्य का अपना स्वाद होता है, अपना सामर्थ्य होता है, अपनी योग्यता होती है लेकिन वह अभ्यास करने के बाद आता है।

तो अभ्यास में बड़ी शक्ति होती है। जो काम पहले कठिन लग रहा था वह अभ्यास के बल से बाद में सरल हो जाता है। ऐसे ही साक्षात्कार करना या प्रभु के दीदार करना, जन्म-मरण से पार हो जाना, सदैव आनंदस्वरूप ईश्वर के साथ एकाकार हो जाना यह अभी आप लोगों को कठिन लग रहा है लेकिन जब वह पहलवान भैंस के छोटे-से पाड़े को उठाते-उठाते बड़ा भैंसा उठा सकता है तो आप रोज शास्त्र और सद्गुरु की आज्ञा के अनुसार परमात्मा को पाने का अभ्यास करते-करते परमानंद को प्राप्त हो जायें तो क्या बड़ा आश्चर्य है ! सेवा, ध्यान-साधना और सत्संग-ज्ञान बस ! ❐

तीन प्रश्न

(परम पूज्य बापूजी के सत्संग-प्रवचन से)

एक बार अकबर ने बीरबल से पूछा : ''खुदा कहाँ रहता है ? खुदा किधर देखता है ? खुदा क्या करता है ?''

बीरबल दूध का कटोरा लाया।

बीरबल : ''दूध में घी है कि नहीं ?''

अकबर : ''है।''

''चिकनाहट है ?''

''है।''

''कहाँ रहती है ?''

''सब जगह।''

''ऐसे ही सारे ब्रह्माण्ड में भगवान रहते हैं।''

''खुदा किधर देखता है ? किसकी तरफ देखता है ?''

बीरबल ने दीया जलाया, बोले : ''देखो, अब इस दीये की रोशनी किसकी तरफ है ?''

अकबर : ''चारों तरफ।''

''बस, वह चारों तरफ है और चारों तरफ देखता है।''

''खुदा क्या करता है ?''

''ज्ञान लेना है तो दक्षिणा देनी पड़ती है। आप हमसे तत्त्वज्ञान ले रहे हैं, मुफ्त में तो पचेगा नहीं, कुछ दक्षिणा दो।''

''क्या दें ? जो माँगो, सो दे दें।''

''मंत्री को बोल दो कि एक घंटे के लिए जैसा मैं कहूँ वैसा चले, मेरी चले आपकी नहीं। तभी ज्ञान मिलेगा।''

''ठीक है। मंत्रियो ! एक घंटे तक बीरबल का हुक्म चले।''

बीरबल मंत्रियों को बोला : ''राजासाहब का हाथ पकड़ के नीचे उतार दो। हमारे लिए मुकुट लाओ और हमको ऊपर बैठा दो।''

अकबर : ''भाई ! ज्ञान लेना है तो ऐसा ही करो, उतारो तुम मेरे को।''

अकबर उतर गया। बादशाह की गद्दी पर बीरबल को बैठा दिया। अकबर ने बीरबल से पूछा : ''बताओ अब, खुदा क्या करता है ?''

बीरबल : ''बस, ऐसे ही करता है। राजा को रंक कर देता है, रंक को राजा कर देता है। ऐसा ही होता है उसकी लीला में, उथल-पुथल होती रहती है।''

पुरुष की शिश्ना से पसार हुआ शुक्राणु गटर में भी जा सकता है, दो-चार महीने गर्भ में रह गया फिर गर्भपात होकर खून के साथ गिर सकता है और टिक गया तो मूर्ख भी हो सकता है, भिखमंगा भी हो सकता है, अनपढ़ भी हो सकता है, मजदूर भी हो सकता है और वही शुक्राणु प्रधानमंत्री भी हो सकता है। बेचारा वही प्रधानमंत्री फिर मरकर कहीं जाकर गिरता है।

राजा मर गया, फिर उसका सूक्ष्म शरीर किसी अन्न में आकर गिरा, अन्न किसी प्राणी ने खाया और फिर वह वीर्य बनकर गटर में चला गया। अब कहाँ तो चक्रवर्ती राजा और कहाँ गटर में जा रहा है और कहाँ गटर में जानेवाला जीव चक्रवर्ती राजा हो गया ! इसमें आश्चर्य क्या ? यह लीला है उस परमात्मा की ! ❑

परमात्मा को कैसे पायें ?

- पूज्य बापूजी

सुंदरदासजी महाराज उच्चकोटि के आत्म-साक्षात्कारी महापुरुष थे । एक बार एक नवाब ने उनके चरणों में अपना सिर रखकर कहा : ''बाबाजी ! जिस आनंद से आप आनंदित हैं, जिस आत्मा-परमात्मा को पाकर आप तृप्त हुए हैं, जिस ईश्वर के साक्षात्कार से आप आत्मारामी हुए हैं वह हमें करा दो । सुना गया है कि सात जन्मों के पुण्य जब जोर करते हैं तब आत्म-साक्षात्कारी महापुरुष के दर्शन करने की इच्छा होती है और दूसरे सात जन्मों के पुण्य जब सहयोग करते हैं तब उनके द्वार तक ही हम पहुँच पाते हैं और तीसरे सात जन्मों के पुण्य अगर नहीं मिलते हैं तो हम द्वार से लौटकर चले जायेंगे या बाबाजी चले गये होंगे फिर हम पहुँचेंगे अथवा तो बाबाजी आनेवाले हों तो उनके आने से पहले ही हम रवाना हो जायेंगे । तीसरे सात जन्मों के भी अर्थात् कुल इक्कीस जन्मों के पुण्य जब तक जोर नहीं करेंगे तब तक साक्षात्कारी महापुरुष में श्रद्धा टिक नहीं सकती और उनके वचनों में विश्वास भी नहीं हो सकता है ।''

स्वल्पपुण्यवतां राजन् विश्वासो नैव जायते ।

स्वल्प पुण्यवाले को तो आत्मज्ञानी महापुरुषों के वचनों में विश्वास ही नहीं हो सकता है ।

संत तुलसीदासजी कहते हैं :

पुन्य पुंज बिनु मिलहिं न संता ।

पुण्यों का पुंज मतलब इक्कीस जन्मों के पुण्य जब इकट्ठे होते हैं तब आत्मज्ञानी महापुरुषों में श्रद्धा-विश्वास टिकता है ।

नवाब कहता है : ''महाराज ! मुझे आपके दर्शन हुए हैं । अब मैं चाहता हूँ कि जिस आत्मरस से, जिस आत्मज्ञान से आप कृतकार्य हुए हैं वह कैसा है ? उसका मुझे अनुभव कराइये ।''

सुंदरदासजी ने स्वच्छ जल से भरा हुआ एक काँसे का कटोरा और थोड़ी भभूत मँगवायी । पानी में भभूत मिला दी और बोले : ''नवाब ! इसमें अपना चेहरा तो देख ।''

''हुजूर ! दिख नहीं पायेगा, यह तो कीचड़ जैसा हो गया है ।''

फिर दूसरा साफ पानी मँगवाया । सुंदरदासजी ने बर्तन को थोड़ा हिला दिया और नवाब को कहा : ''इसमें चेहरा देख ।''

बोला : ''चेहरा तो दिख रहा है लेकिन खंड-खंड, टुकड़े-टुकड़े दिख रहा है । हिलते हुए पानी में चेहरा भी विचित्र-सा दिख रहा है ।''

सुंदरदासजी : ''अच्छा ।'' पानी स्थिर कर दिया । ''अब चेहरा देख ।''

''महाराज ! साफ दिखता है ।''

महाराज ने पानी गिरा दिया और चुप होकर बैठ गये । नवाब ने फिर प्रार्थना की : ''महाराज ! हमलोग उस परमात्मा को कैसे पायें ? आप कृपा करके हमें मार्ग बताइये ।''

सुंदरदासजी ने कहा कि मैंने सैद्धांतिक रूप से नहीं, प्रायोगिक रूप से तुम्हें मार्ग बता दिया है ।

''महाराज ! हम समझे नहीं । नाथ ! जरा विस्तार से कहिये ।''

तब सुंदरदासजी ने कहा : ''पहले मैंने राखवाले पानी में तुमको चेहरा निहारने को कहा तो तुम नहीं निहार पाये, नहीं देख पाये क्योंकि पानी मैला था । ऐसे ही विषय-वासनायुक्त, ज्ञान बिना, समझ बिना की जो क्रियाएँ होती हैं, क्रियाकलाप

होते हैं उनसे चित्त मलिन हो जाता है । ऐसे मलिन चित्त में उस आत्मसुख का अनुभव नहीं हो सकता ।

आदमी अच्छे पद पर है, चाहे तो लाखों-करोड़ों रुपये इकट्ठे कर सकता है, फिर भी भ्रष्टाचार उसे अच्छा नहीं लगता तो समझो भगवान की उस पर कृपा है । लोग चाहे उसे 'मूर्ख आदमी', 'साहब भोले-भाले हैं' - कुछ भी कह दें लेकिन वास्तव में वह समझदार है । तो भ्रष्टाचार का मौका मिला लेकिन हमने भ्रष्टाचार नहीं किया, चोरी का मौका मिला लेकिन हमने चोरी नहीं की, कपट का मौका मिला लेकिन हमने कपट नहीं किया तो हमारे चित्त की जो मलिनतारूपी राख है वह चली जायेगी । मलिनता चली जायेगी तो अंतःकरण शुद्ध हो जायेगा । फिर भी आत्मसाक्षात्कार ठीक-से नहीं होगा क्योंकि चित्त शुद्ध तो हुआ है लेकिन चित्त का शुद्ध होना ही पर्याप्त नहीं है ।

चित्त के तीन दोष होते हैं - चित्त का मैलापन, चित्त का चंचलपना और चित्त को अपने चैतन्य का अभान, ज्ञान नहीं होना । शुद्ध क्रिया को ज्ञानसंयुक्त करने से चित्त शुद्ध होता है । क्रिया के साथ अगर ज्ञान नहीं है, सत्संग नहीं है, ध्यान नहीं है तो वह क्रिया बंधन को बढ़ाती है । क्रिया के साथ यदि सत्संग, ज्ञान व ध्यान का समन्वय कर देते हैं तो वही क्रिया अपनेको तथा औरों को सुख देती है और मुक्ति की ओर ले जाती है ।

ईश्वरप्राप्ति के इच्छुक साधकों को चार घंटे और अत्यंत व्यस्त गृहस्थियों को कम-से-कम दो घंटे ध्यान प्रतिदिन करना चाहिए । शुद्ध व्यवहार से चित्त शुद्ध होता है । चित्त शुद्ध हुआ तो फिर ध्यान करके चित्त को एकाग्र किया जाता है और एकाग्र चित्त में अगर तत्त्वज्ञान के संस्कार ठीक ढंग से बैठ गये तो साक्षात्कार हो जाता है । फिर खुली आँख समाधि बनी रहेगी ।''

उठत बैठत ओई उटाने,
कहत कबीर हम उसी ठिकाने । ❑

गाय की महत्ता और आवश्यकता

- स्वामी श्री रामसुखदासजी

गाय के दर्शन से यात्रा सफल हो जाती है । गाय की छाया भी बड़ी शुभ मानी गयी है । दूध पिलाती गाय के दर्शन बहुत शुभ माने जाते हैं ।

सुरभी सनमुख सिसुहि पिआवा ।

(रामचरित. बा.कां. : ३०२.३)

गाय परम पवित्र होती है एवं उसके शरीर का स्पर्श करनेवाली हवा भी पवित्र होती है । गाय की सेवा करनेमात्र से अंतःकरण निर्मल होता है ।

गायों के गोबर-मूत्र से बनी खाद के समान कोई खाद नहीं है । गाय से होनेवाले लाभों की गणना नहीं की जा सकती है । बैल में सात्त्विक बल होता है । बैलों से जितनी बढ़िया खेती होती है, उतनी ट्रैक्टरों से नहीं होती । देखने में तो ट्रैक्टरों से और रासायनिक खाद से खेती जल्दी हो जाती है पर जल्दी होने पर भी वह बढ़िया नहीं होती । बैलों से की गयी खेती का अनाज बड़ा पवित्र होता है । गोबर-गोमूत्र की खाद से जो अन्न पैदा होता है, वह बड़ा पवित्र, शुद्ध, निर्मल होता है ।

खेत और गाय का घनिष्ठ संबंध है । खेत में पैदा होनेवाली घास आदि से गाय की पुष्टि होती है और गाय के गोबर-मूत्र से खेत की पुष्टि होती है । विदेशी (या रासायनिक) खाद डालने से कुछ ही वर्षों में जमीन खराब हो जाती है अर्थात् उसकी उपजाऊ शक्ति नष्ट हो जाती है परंतु गोबर-

गोमूत्र से भूमि की उपजाऊ शक्ति और सात्त्विकता ज्यों-की-त्यों बनी रहती है। इसलिए पुराने जमाने में खेतों में खाद डालने की प्रथा ही नहीं थी और सौ-सौ वर्षों तक खेतों में अन्न पैदा होता रहता था। विदेशों में रासायनिक खाद से बहुत-से खेत खराब हो गये हैं, जिनको उपजाऊ बनाने के लिए अब गोबर काम में ले रहे हैं।

सैनिकों के घोड़ों को गाय का दूध पिलाया जाता है जिससे वे घोड़े बहुत तेज होते हैं। एक बार सैनिकों ने परीक्षा के लिए कुछ घोड़ों को भैंस का दूध पिलाया जिससे घोड़े खूब मोटे हो गये परंतु जब नदी पार करने का काम पड़ा तब वे घोड़े पानी में बैठ गये। भैंस पानी में बैठा करती है इसलिए वही स्वभाव घोड़ों में भी आ गया।

ऊँटनी का भी दूध निकलता है पर उस दूध का दही, मक्खन होता ही नहीं है। **वह दूध तामसी होने से दुर्गति में ले जानेवाला होता है। (अतः ऊँटनी का दूध दूसरों को भी नहीं देना चाहिए।) स्मृति-शास्त्रों में ऊँट, कुत्ते, गधे को अस्पृश्य बताया गया है।** बकरी का दूध नीरोग करनेवाला एवं पचने में हलका होता है पर वह गाय के दूध की तरह बुद्धिवर्धक और सात्त्विक बात समझने के लिए बल देनेवाला नहीं होता है।

गाय के दूध से निकला घी 'अमृत' कहलाता है। स्वर्ग की अप्सरा उर्वशी राजा पुरूरवा के पास गयी तो उसने अमृत की जगह गाय का घी पीना ही स्वीकार किया। **घृतं मे वीर भक्ष्यं स्यात्।**

(श्रीमद् भागवत : ९.१४.२२)

प्रश्न : लोगों में गोरक्षा की भावना कम क्यों हो रही है?

स्वामीजी : गाय के कलेजे, मांस, खून आदि से बहुत-सी अंग्रेजी दवाइयाँ बनती हैं। उन दवाइयों का सेवन करने से गाय के मांस, खून आदि का अंश लोगों के पेट में चला गया है, जिससे उनकी बुद्धि मलिन हो गयी है और उनकी गाय के प्रति श्रद्धा-भावना नहीं है।

लोग पाप से पैसा कमाते हैं और उन्हीं पैसों का अन्न खाते हैं, फिर उनकी बुद्धि शुद्ध कैसे होगी और बुद्धि शुद्ध हुए बिना सच्ची, हितकर बात अच्छी कैसे लगेगी? स्वार्थबुद्धि अधिक होने से मनुष्य की बुद्धि भ्रष्ट हो गयी है, तामसी हो गयी है, फिर उसको अच्छी बातें भी विपरीत दिखने लगती हैं।

अधर्मं धर्ममिति या मन्यते तमसावृता।
सर्वार्थान्विपरीतांश्च बुद्धिः सा पार्थ तामसी॥

'जो तमोगुण से घिरी हुई बुद्धि अधर्म को भी 'यह धर्म है' ऐसा मान लेती है तथा इसी प्रकार अन्य संपूर्ण पदार्थों को भी विपरीत मान लेती है, वह बुद्धि तामसी है।' **(गीता : १८.३२)** ❑

(पृष्ठ ९ 'मनुष्य जीवन की शोभा क्या है?' का शेष)

अंधकार से परे जो आत्मदेव है वह परमेश्वर जिनके हृदय में जगा है, वे गुरु बताते हैं कि परमात्मा में विश्रांति पाना गुरु-शरण का आखिरी मकसद है।

शाबाश वीर! शाबाश! माई हो चाहे भाई हो, बालक हो चाहे बालिका, सभी भगवद्प्रसादजा बुद्धि, भगवद्शरण, भगवद्रस पाकर निहाल हो सकते हैं, खुशहाल रह सकते हैं। बदलनेवाले संसार, शरीर, परिस्थितियों को जाननेवाला अबदल अपना आत्मभगवान न दूर है, न दुर्लभ है। फिर उससे प्रीति करके, उसमें विश्रांति पाकर उसकी शरण का माधुर्य लो और लुटाओ। लूटनेवाले भी खुश, तुम भी खुश और तुम्हारा-हमारा सभीका सच्चिदानंद प्रभु भी प्रसन्न!

काहे कंजूसी करऽतरऽ (करते हो)? काहे देर करऽतरऽ? केकर राह देखऽतरऽ (किसकी प्रतीक्षा करते हो)? हिम्मत... उद्यम... ॐ ॐ प्रभुजी ॐ... ॐ ॐ प्यारेजी ॐ... ॐ ॐ मेरेजी ॐ... थोड़ा बोला, थोड़ा चुप; फिर थोड़ा चिंतन किया, फिर भीतर चुप। **सत्यं शरणं गच्छामि...** हम सत्यस्वरूप ईश्वर की शरण जा रहे हैं। **बुद्धं शरणं गच्छामि...** हम बोधस्वरूप, ज्ञानस्वरूप, साक्षीस्वरूप की शरण जा रहे हैं। ऐसा सच्चे भाव से गोता मारते जाओ। ॐ ॐ ॐ शांति... ॐ शांति... ❑

ईश्वरप्राप्ति में तीन विघ्न

(पूज्य बापूजी के सत्संग-प्रवचन से)

ईश्वरप्राप्ति में तीन विघ्न हैं । एक तो है विषय आसक्ति, दूसरा है कर्म आसक्ति, तीसरा है चंचलता ।

काम-विकार, लोभ, मोह, चटोरापन - यह विषय की आसक्ति है । 'यह करूँ, वह करूँ...' - यह कर्म की आसक्ति है । तीसरा विघ्न है चंचलता । ये हमको ईश्वर के रास्ते से गिराते हैं ।

कर्म की आसक्ति मिटाने के लिए अपने लिए न करें बहुतों के लिए करें । यश के लिए न करें, शत्रु-मर्दन के लिए न करें, मित्र की खुशामद के लिए न करें, प्रभु की प्रसन्नता के लिए करें तो करने का राग मिटेगा । करने का राग मिटने से प्राणी को परमात्मा में विश्रांति मिलेगी । विश्रांति मिलने से सामर्थ्य और रस बनेगा । सामर्थ्य और रस का सदुपयोग करने से भोगने का राग मिटेगा । करने का राग, भोगने का राग और चंचलता - ये तीन अड़चनें हटाने में थोड़ी-सी श्रद्धा और तत्परता है तो चुटकी में काम होता है ।

कर्म में से समय निकालो और चंचलता मिटाकर एकाग्रता बढ़ाने के लिए विषय-विकारों से बचानेवाले स्थान पर, एकांत में, पवित्र जगह पर अभ्यास करो । जप करो और कुछ समय तक आँखों की पुतलियाँ दायें नहीं, बायें नहीं, ऊपर नहीं, नीचे नहीं, आखों की सीध में एकटक रहें ऐसा अभ्यास करो । ४० दिन यह व्रत ले लो । आपको जो फायदा होगा उसका वर्णन करने के लिए मेरे पास शब्द नहीं हैं । आप कर सकते हो । अगर यह व्रत लेते हो तो मैं आपका शुक्रगुजार हूँ, आपका आभारी हूँ । इससे आपका तो मंगल होगा, आप जिस घर में रहोगे, जिस परिवार में रहोगे उसका भी मंगल होगा । वातावरण में भी वे ॐकार के जप की तरंगें काम करेंगी । 'ॐ ॐ आनंद... ॐ ॐ माधुर्य... ॐ ॐ परमात्मने नमः... प्यारेजी ॐ... मेरेजी ॐ...' - इस प्रकार खूब स्नेह से बोलो और चुप हो जाओ, बोलो और चुप हो जाओ । जैसे बच्चा किलकारी मार के माँ की गोद में छुप जाता है, ऐसे ही पवित्र परमात्मा के पावन हितकारी नाम 'ॐ'कार का गुंजन करते जाओ और शांत होते जाओ । जितनी देर उच्चारण करते हो, उतनी देर चुप हो जाओ । प्रेम में अपने-आपको छोड़ दो । 'ॐ ॐऽऽ...' यह पुकार है । जैसे 'माँ ! माँ !!' पुकारा और माँ ने देखा तो बच्चा छुप गया, तब माँ के दिल की मौज तो माँ ही जाने ! ऐसे ही प्रभुजी को 'ॐ ॐ...' पुकार के छुप जाओ प्रभुजी की गोद में । लुका-छिपी करो उस देवाधिदेव अकाल पुरुष से ।

'यह चाहिए, यह चाहिए...' - यह कोई प्रेम की निशानी है ? भिखमंगे क्यों बनना ? हमें क्या चाहिए, उसे पता है । माँ के गर्भ से हम बाहर आये उसके पहले हमें क्या चाहिए वह जानता था । उसने दूध बनाया । कितनी सुंदर व्यवस्था करना जानता है ! फिर 'यह दे दे, यह कर दे...' - ऐसी बचकानी माँग क्यों करना ? 'अब हम फरियाद नहीं करेंगे और भिखमंगे नहीं बनेंगे' - ऐसा व्रत ले लो ।

'प्रभु ! हम तुम्हें स्नेह करेंगे... तुम हमारे हो । जो कुछ होगा, हमारी भलाई में ही होगा । हम जानें चाहे न जानें, **करन करावनहार स्वामी सकल घटा के अंतर्यामी ।**' - इस प्रकार का संकल्प करो, व्रत ले लो । फिर आपके दुःख खोजने पर भी नहीं मिलेंगे । आपको पता चलेगा नासमझी और व्यर्थ की वासनाओं का नाम ही दुःख है । फिर चेतन होकर जड़ की वासना करना, नित्य होकर अनित्य की वासना करना और शाश्वत होकर मिटनेवाली वस्तु-परिस्थितियों के लिए पुकार करना छूट जायेगा । ❑

भक्ति बेची नहीं जाती

(पूज्य बापूजी के सत्संग से)

एक ब्राह्मण भगवान की भक्ति में एकदम तन्मय रहते थे। वे कर्मकांड करने नहीं जाते थे, इससे घर में अभावग्रस्तता बढ़ी, वे दरिद्र हो गये। उनके मित्र के नौजवान लड़के ने देखा कि यह ब्राह्मण बड़ा संतोषी है, बड़ा आत्मारामी है, संत है। उसने दो हजार सोना-मोहरें सुबह-सुबह जा के ब्राह्मण के चरणों में रखीं और बोला : ''आप इनकार नहीं करना, कृपा करो। आप ये दो हजार सुवर्णमुद्राएँ स्वीकार करो।''

ब्राह्मण ने कहा : ''नहीं।''

लड़का बोला : ''आप और मेरे पिताजी दोनों मित्र थे। दोनों साथ में उठते-बैठते, सत्संग करते थे। हमारे पिताजी तो चल बसे और मुझे कह गये कि 'ये मेरे मित्र हैं, इनका ख्याल रखना।' यह हमारी सच्ची, पसीने की कमाई है, आप ले लीजिये।''

ब्राह्मण ने कहा : ''तुम्हारे पिताजी का स्वभाव अच्छा था, भक्तिवाले थे, चल बसे। भगवान उन्हें अपना आत्मज्ञान दें। आप ये सुवर्णमुद्राएँ ले जाओ, मुझे इनकी जरूरत नहीं है।''

मित्र के लड़के ने बहुत आग्रह किया लेकिन ब्राह्मण नहीं माना। आखिर उसे सुवर्णमुद्राएँ वापस ले जानी पड़ीं।

ब्राह्मण का बेटा सब देख रहा था। वह बोला : ''आपको जरूरत नहीं है लेकिन घर में तो रोटी नहीं है खाने को, मेरी मँगनी हो रही है, बहन बैठी है-पैसा नहीं है हाथ रँगने को। ले लेते तो क्या बात थी ? और उसके पिताजी आपके मित्र भी थे।''

ब्राह्मण ने कहा : ''नहीं, हमारा-उनका भगवान के कारण संबंध था। हमारे वे मित्र थे लेकिन ईश्वर के रास्ते चलने के कारण मित्र थे। फिर उनसे पैसा लेने का हमारा क्या अधिकार ? यह तो लांछन है।''

बेटा बोला : ''हम भूखे मर रहे हैं।''

''तो उसका मतलब भक्ति बेच के पैसा लेना है ? साधना या भक्ति की बिक्री करनी है ? भूखे मर रहे हैं तो मेहनत करो, कमाओ। तू ब्राह्मण है तो जा होम-हवन करा। भूखे मर रहे हैं तो दो हजार उससे लिये, दो हजार उससे - ऐसा क्यों ?''

अपने बेटे को भी अच्छी प्रेरणा दे दी उस ब्राह्मण ने। 'मेरा तो मेरे बाप का, तुम्हारे में भी मेरा भाग' ऐसा नहीं। यह (भक्ति का) बहुत पवित्र रास्ता है, बड़ा शुद्ध, बड़ा सच्चाई का रास्ता है। इसमें थोड़ी भी बेईमानी होती है न, दूध में थोड़ी भी खटास होती है न, तो वह बिगड़ जाता है। इसमें जितना हम अंतःकरणपूर्वक सच्चे होंगे, उतना ही परमात्मा हमको सुलभ हो जायेगा। ❐

(पृष्ठ १७ 'उनकी तुलना किससे करें ?' का शेष)

धनवान होने के लिए थोड़ा धन चाहिए, शांति पाने के लिए भी थोड़ी शांति चाहिए, ऐसा ही है। इसलिए वसिष्ठजी महाराज के वचन मैं बार-बार दोहराये जा रहा हूँ। न जाने कितनी बार मैंने दोहराये हैं और दोहराता ही जाऊँगा तथा अष्टावक्रजी के वचन भी दोहराये जाऊँगा। बात एक ही कहनी है - जगत मिथ्या है, शरीर में कोई सार नहीं है। सब संसार सपना है, तुम परब्रह्म परमात्मा हो। यह भी लम्बा है। इतना ही कहना है : **तत्त्वमसि।** 'वह आनंदस्वरूप ईश्वर तुम हो।' इतना ही कहना है, बस ! आज तक शास्त्र कहे जा रहे हैं... कहे जा रहे हैं... ❐

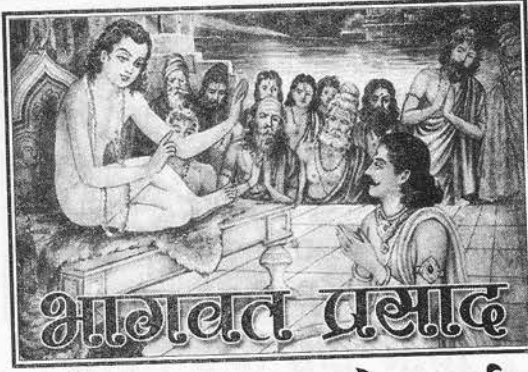
सर्वोपरि व परम हितकर

(गतांक से आगे)

(विभिन्न उदाहरण देते हुए देवर्षि नारदजी श्री शुकदेवजी को संसार की विलक्षणता एवं विवेक जगाने की आवश्यकता बताते हैं :)

इस संसार में एक ओर तो महाभयंकर रोगों से पीड़ित अनेक धनवान व्यक्ति बहुत-सा धन व्यय कर बड़े-बड़े प्रसिद्ध चिकित्सकों से चिकित्सा कराते हैं किंतु उनका रोग ठीक नहीं होता। कितने अच्छे चिकित्सक ही स्वयं बड़े-बड़े रोगों से संतप्त रहते हैं। उनके पास अनेकों अत्यंत मूल्यवान औषधियाँ और पौष्टिक रसायनों की कोई कमी नहीं है पर इनके बावजूद भी वे बीमार व बूढ़े होते देखे गये हैं और कितनी बार तो बुढ़ापा आने से पहले ही संसार से विदा भी हो जाते हैं। दूसरी ओर भूमण्डल पर रहनेवाले अनेक पशु-पक्षियों, जीव-जंतुओं तथा अत्यंत गरीब मनुष्यों को प्रायः रोग नहीं होता। यदि कभी रोग होता भी है तो प्रकृति की ऐसी व्यवस्था है कि वे थोड़े समय में अपने-आप ठीक हो जाते हैं। संसार की ऐसी विलक्षणताओं को देखकर मनुष्य को उचित है कि वह अपने मन को शांत रखे और सुख-दुःख आदि का उपभोग सहज भाव से करे क्योंकि अति बलवान काल का प्रवाह सुख-दुःखादि से घिरे हुए लोगों को ऊँची-नीची दशाओं में पटका करता है। जो प्राणी अपने स्वभाव के वशीभूत हैं उनके स्वभाव की काम, क्रोध, लोभ आदि विकारों में फँसानेवाली वासना धन से, सत्ता से अथवा तप से भी दूर नहीं होती। संसार में सभी लोगों का यह स्वभाव है कि वे चाहते हैं उनकी हर इच्छा पूरी हो, पर यह संभव नहीं है। यदि मनुष्यों की सभी कामनाएँ पूरी होने लगें, तो न तो कभी कोई मनुष्य मरे, न कभी बूढ़ा हो और न ही वह किसी प्रकार की अप्रिय, अनिष्ट घटना ही देखे। संसार में सभी प्राणी संभवतः उच्चाति-उच्च दशा को प्राप्त करने की यथाशक्ति चेष्टा किया करते हैं किंतु वे सभी पूरी तरह से सफल हों यह संभव नहीं है।

संसार में यह भी देखने में आता है कि धन के मद में चूर अनेकों दुर्व्यसनी राजा-रईस, जो मदिरा आदि मादक द्रव्यों के नशे में चूर रहते हैं, उनकी सेवा, कोई भी नशा आदि न करनेवाले बड़े-बड़े पराक्रमी शूरवीर किंतु साधारण बुद्धिवाले लोग सहर्ष किया करते हैं। कितने ही लोगों के दुःख बिना प्रयत्न किये अपने-आप ही नष्ट हो जाते हैं और कुछ लोगों को ऐसे दुःख आकर घेर लेते हैं, जिनके कारणों का पता खोजने पर भी नहीं लगता। हर्ष-शोक, हानि-लाभ, सुख-दुःखादि में रमनेवाले प्राणी प्रायः इसी प्रकार दुःखित दिखलायी पड़ते हैं। इस संसार में नाना प्रकार के दुःख हैं, अतः हे शुकदेव ! तुम धर्म-अधर्म दोनों के फलों का त्याग करो और सत्य-असत्य के झंझट में न पड़ो। जैसे प्रकाश-अंधकार का अटूट संबंध है, वैसे ही धर्म-अधर्म और सत्य-असत्य का संबंध समझकर उन्हें त्यागो। हे ऋषिप्रवर ! यह परम गुह्य रहस्य-विचार मैंने तुमसे कहा है। इसी ज्ञान के प्रभाव से देवता लोग मृत्युलोक को छोड़ स्वर्ग पा सके हैं। यह परम कल्याण का सुंदर मार्ग है। देवर्षि नारदजी के इस उपदेशानुसार शुकदेवजी चले और मुक्ति को प्राप्त हुए।

निःसंदेह उपर्युक्त नारदीय अध्यात्म-विचार बड़े ही महत्त्व का, शांतिप्रद और परम कल्याण के मार्ग के पथिकों के लिए सर्वोत्तम उपदेश है। जिस उपदेशामृत का पान कर **(शेष पृष्ठ ३२ पर)**

सो सब माया जानेहु भाई

(पूज्य बापूजी के सत्संग-प्रवचन से)

भगवान श्रीकृष्ण उद्धवजी से कहते हैं :

शोकमोहौ सुखं दुःखं देहापत्तिश्च मायया ।
स्वप्नो यथाऽऽत्मनः ख्यातिः संसृतिर्न तु वास्तवी ॥

'जैसे स्वप्न बुद्धि का विवर्त है - उसमें बिना हुए ही भासता है - मिथ्या है, वैसे ही शोक-मोह, सुख-दुःख, शरीर की उत्पत्ति और मृत्यु - यह सब संसार का बखेड़ा माया (अविद्या) के कारण प्रतीत होने पर भी वास्तविक नहीं है ।'

(श्रीमद् भागवत : ११.११.२)

वेदांत कहता है कि संसार वास्तविक नहीं है, मिथ्या है । मिथ्या अर्थात् जो पहले नहीं था और बाद में नहीं रहेगा, जो हो-होकर बदलता रहता है । तो देह भी मिथ्या है और आपकी बुद्धि भी माया से स्फुरी है । इसलिए बुद्धि में जो शोक आता है, दुःख आता है, चिंता आती है उन्हें जो लोग अपने में लगा देते हैं वे दुःखी हो जाते हैं । चिंता को, शोक को, परेशानी को जो लोग अपने में मान लेते हैं वे परेशान रहते हैं । जब चिंता आये, शोक या हर्ष आये तो समझ लेना चाहिए कि ये आने-जानेवाली चीजें हैं । आने-जानेवाली चीजें तन-मन-बुद्धि में आयीं । दुनिया के सब लोग मित्र हो जायें लेकिन जब तक आपका विचार वेदांती नहीं हुआ, तब तक आपके सब दुःख दूर नहीं होंगे और दुनिया के सब लोग शत्रु हो जायें व वेदांतनिष्ठा में आपका मन अडिग है तो लोग कुछ भी बोलें, सुखी-दुःखी होना अपने हाथ की बात है । लोग वाहवाही करें तो अभिमानी होना, अपनी देह में अहं मिलाकर अहंकारी बनना या साक्षी होना अपने हाथ की बात है अथवा वाहवाही करनेवाले की अपनी सज्जनता है ऐसा समझकर उसकी वाहवाही के अधिष्ठान में और अपने अधिष्ठान में एकत्व देखना अपने हाथ की बात है । निंदा करें तो सिकुड़ जाना अथवा सम रहना अपने हाथ की बात है । सब लोग मिल के भी आपको दुःखी नहीं कर सकते हैं । लोग दो अपशब्द कह सकते हैं पर जब वेदांत के विचार से आप अपने-आपमें आ गये तो अपशब्द आपके शरीर तक पहुँचेंगे, आपके मन तक पहुँचेंगे, आपकी बुद्धि तक पहुँचेंगे, आप तक संसार का कोई भी दुःख पहुँच ही नहीं सकता ।

इस समय आप इतने पवित्र हो कि संसार का कोई दुःख आप तक पहुँच नहीं सकता । ये जो बम बने हैं न, एक बम नहीं एक करोड़ बम, अरबों बम, अभी जो बने हुए हैं उनसे हजार गुना बम और भी बन जायें फिर भी आपके वास्तविक स्वरूप का तो इन बमों के बाप भी कुछ नहीं बिगाड़ सकते, आप ऐसी चीज हो । परंतु जब आपने देह को 'मैं' माना तो ये बम नहीं गिरते तब भी विचारों का छोटा-सा बम भी आपके चित्त में भड़ाके पैदा कर देगा ।

ऐसा दुःख नरक में भी नहीं है जैसा दुःख अज्ञानी बना लेता है और ऐसा सुख स्वर्ग में भी नहीं है जैसा सुख ज्ञानवान के सान्निध्यमात्र से प्राप्त होता है ।

'श्रीमद् भागवत' के ग्यारहवें स्कंध के सातवें अध्याय में भगवान श्रीकृष्ण ने उद्धवजी को कहा :

यदिदं मनसा वाचा चक्षुर्भ्यां श्रवणादिभिः ।
नश्वरं गृह्यमाणं च विद्धि मायामनोमयम् ॥

'इस जगत में जो कुछ मन से सोचा जाता है, वाणी से कहा जाता है, नेत्रों से देखा जाता है

और श्रवण आदि इन्द्रियों से अनुभव किया जाता है वह सब नाशवान है । सपने की तरह मन का विलास है । इसलिए मायामात्र है, मिथ्या है - ऐसा समझ लो ।'

इस मिथ्या जगत को सत्य माननेवाला व्यक्ति चाहे कितने भी ऊँचे पदों पर पहुँच जाय, अंदर से परम शांति नहीं पा सकता और जब तक परम शांति नहीं पायी तब तक यह जीव बेचारा अभागा रह जाता है ।

भाई होकर भाई के साथ कर्तव्य निभाया, पिता होकर पुत्र के साथ कर्तव्य निभाया, बेटा होकर बाप के साथ कर्तव्य निभाया, साहब होकर ऑफिस के साथ, सेठ होकर दुकान के साथ-नौकरों के साथ कर्तव्य निभाया लेकिन कर्तव्य निभाना और कर्तव्य का परिणाम, ये सब समय की विशाल धारा में विलुप्त होते जायेंगे । कर्ता ने कइयों से कर्तव्य निभाये किंतु कर्ता की जब मृत्यु होती है तब कर्तव्य निभाने का सुख, हर्ष या संतोषप्राप्ति कुछ भी कर्ता के हाथ में नहीं रहता । मृत्यु के समय कर्ता अभागा रह जाता है, अनाथ रह जाता है ।

ये सब कर्तव्य कर्ता ने अपने ऊपर थोपे हुए हैं । जिस वक्त कर्ता अपनेको जैसा मानता है ऐसा उसके ऊपर कर्तव्य आ जाता है । अपनेको पिता मानता है तो पुत्रपालन का कर्तव्य आ गया । अपनेको जमाई मानता है तो सासु-ससुर के आगे नाक रगड़ने का कर्तव्य आ गया । अपनेको कुटुंब का बड़ा मानता है तो कुटुंबियों का पालन-पोषण और उनके मन को खुश रखना - यह कर्तव्य आ गया । कर्ता जिस समय अपनेको जैसा मानता है उस समय कर्ता के सिर पर उससे संबंधित बोझ आ जाता है लेकिन जब कर्ता अपनेको खोज लेता है, ब्रह्मरूप में जान लेता है तब उसका कोई कर्तव्य शेष नहीं रहता । वह सहज स्वभाव में जग जाता है । उसका जीवन सहज हो जाता है ।

भगवान श्रीकृष्ण कहते हैं : जो मन से सोचा जाता है, इन्द्रियों से अनुभव किया जाता है - देखा जाता है, सुना जाता है, सूँघा जाता है, चखा जाता है, स्पर्श किया जाता है वह सब मायामात्र है, कल्पनामात्र है ।

इन्द्रियाँ, मन और विषय इनके संयोग से जो कुछ भी मिलेगा, वास्तव में वह आपके दुःख को दबा देगा किंतु दूर नहीं करेगा । इसलिए आप इसमें मत पड़ो अपितु जिससे ये सब स्फुरित होते हैं उस आत्मा में विश्रांति पाने के लिए, अपने स्वभाव में जागने के लिए थोड़ा समय निकालो । दुनिया की सब चीजें किसी आदमी को दे दो किंतु उसको एकांतवास, आत्मविचार और आत्मज्ञानी गुरु की कृपा नहीं है तो समझो वह अनाथ हो जायेगा । जिसके पास आत्मविचार, एकांत और आत्मज्ञानी गुरु की कृपा है, उससे दुनिया की हर चीज छीन ली जाय फिर भी वह परम सौभाग्य को पा लेता है क्योंकि परमात्मा को तो कोई छीन नहीं सकता और संसार की वस्तु को आज तक कोई रख नहीं सका है । जिन्हें नहीं रख सकते उन चीजों को किसीने छीन लिया तो क्या बड़ी बात है ? लेकिन जो सदा साथ में है उसको जानने के लिए अगर समय निकाल लिया तो बेड़ा पार हो जायेगा । यही बात 'रामायण' में भगवान श्रीरामजी ने लक्ष्मणजी से कही है :

गो गोचर जहँ लगि मन जाई ।
सो सब माया जानेहु भाई ।।

'हे भाई ! इन्द्रियाँ और इन्द्रियों के विषय, जहाँ तक मन जाता है, उन सबको माया जानना ।'

(रामचरित. अर.कां. : १४.२)

'गो' माना इन्द्रियाँ । 'गोचर' माना उनके विषय । इन्द्रियों के विषयों को और इन्द्रियों के द्वारा विचरण करनेवाली मनोवृत्ति जहाँ तक भी जाती है उन सबको माया जानो । यह सब मायामात्र है, स्वप्नमात्र है । बिना ख्याल के आप जगत दिखा नहीं सकते । बिना ख्याल के आप शत्रु-मित्र दिखा नहीं सकते । बिना ख्याल के सिंधी और पंजाबी,

बनिया और ब्राह्मण, अपना और पराया आप बना नहीं सकते । यह सारा ख्यालों का ही तो खेल है ।

सिंध में एक प्रसिद्ध आत्मरामी संत बोधराज हो गये । उन्होंने वेदांतिक भजन बनाया :

अज्ञानी जीव जी हालत,
कदहं कहड़ी खबर बदले ।
करे जे पाण ते कृपा हींअर,
जो हींअर चकर बदले ॥

अज्ञानी जीव की हालत क्या पता किस वक्त बदल जाय ? उसका ख्याल किस वक्त कौन-सी करवट ले कोई ठिकाना नहीं । यदि अपने पर कृपा करे तो अभी-का-अभी सारा चक्र बदल जाय ।

इक पल में मिलना इक पल बिछुड़ना,
दुनिया है दो दिन का मेला...

तो यह दो दिन का दुनिया का जो मेला है, इस मेले को मेला समझ के कभी-कभी रहो अकेला और आने दो जीवन में आत्मविचार, आत्मविश्रांति की पावन वेला ! ❐

(पृष्ठ ५ 'सुख की पहचान क्या ?' का शेष)

जहाँ बजती हैं शहनाइयाँ वहाँ मातम भी होते हैं ।
जहाँ फूटते हैं पटाखे वहाँ अग्नि भी होती है ।
भूलकर भी उन खुशियों से मत खेलना,
जिनके पीछे लगी हों गम की कतारें ।

संसार का ऐसा कोई हर्ष नहीं है जो जिम्मेदारी, थकान और विनाश न ले आये । इसीलिए भोगी सतत संतुष्ट नहीं रह सकता है । श्रीकृष्ण ने बड़ी सुंदर बात कही : **संतुष्टः सततं योगी ।** योगी सतत संतुष्ट रहता है । भोगी अपनी वृत्ति में, अपनी अक्ल में भोग भरता है लेकिन जो तत्त्ववेत्ता हैं वे वृत्ति जहाँ से उठती है उस परमात्मा को निहारने की, उस परमात्मा से योग करने की कला जानते हैं । वे कला जाननेवाले महापुरुष धन्य हैं ! धनभागी तो वे भी हैं जो उनके प्रति श्रद्धा-आस्था रखते हैं, उनका सत्संग-सान्निध्य लेकर बुद्धि को भगवत्प्रसादजा बनाते हैं । ❐

पूज्य बापूजी की कृपा से नेत्रज्योति मिली

पूज्य श्रीगुरुदेव के चरणों में,
कोटि-कोटि प्रणाम ।

हमारा परिवार बापूजी से मंत्रदीक्षित है । मैं मुजफ्फरपुर (बिहार) में शिक्षिका के पद पर कार्यरत हूँ । मैं और मेरी बहू गुरुदेव की प्रेरणा से 'बाल संस्कार केन्द्र' चलाती हैं और 'ऋषि प्रसाद' पत्रिका के वितरण की सेवा भी करती हैं ।

कुछ महीनों पहले एक दिन मुझे अचानक महसूस हुआ कि मेरी बाँयीं आँख से कुछ दिखायी नहीं दे रहा है । बच्चों ने काफी अच्छे डॉक्टरों को दिखाया परंतु सभीने एक ही जवाब दिया कि रोशनी वापस नहीं आ सकती । मुझे अपने गुरुदेव की कृपा पर विश्वास था । मैं रजोकरी, दिल्ली आश्रम में पूज्यश्री के दर्शन करने आयी और मन में संकल्प किया कि अगली बार बापूजी के दोनों आँखों से दर्शन करूँ । वहाँ से करोलबाग आश्रम जाकर बड़दादा का जल आँखों में डाला और बापूजी का स्मरण कर १०८ परिक्रमा कीं । घर आकर रोज बड़दादा का जल आँखों में डालना शुरू किया और मेरे बच्चों ने 'श्री आसारामायण' के १०८ पाठ किये । ठीक ११वें दिन मुझे मेरी आँख में एक दिव्य ज्योति महसूस हुई और रोशनी वापस आ गयी ।

मैंने अमदावाद जाकर जिन्होंने मुझे नेत्र-ज्योति प्रदान की उन पूज्यश्री के दोनों आँखों से दिव्य दर्शन किये ।

– कृष्णा सिंह, मुजफ्फरपुर (बिहार) ।
दूरभाष क्र. : ०६२१-२२४६२६२. ❐

बहुगुणी त्रिफला योग

त्रिफला चूर्ण, काले तिल का तेल व शुद्ध शहद इनका समभाग मिश्रण बना दें। १०-१० ग्राम सुबह-शाम पानी से लें। इससे पुरानी खाँसी, दमा, पुराना हड्डी का बुखार, सभी प्रकार के नेत्ररोग, धातुक्षीणता, मंदाग्नि, पेट की वायु, कब्ज व पेट के अन्य विकार, बवासीर, मासिक धर्म-संबंधी गड़बड़ियाँ, प्रदररोग आदि पुराने विकार भी दूर होते हैं। इसके सेवन के दरम्यान अल्प, सुपाच्य व सात्त्विक आहार लें।

अगर ३ माह तक भोजन में केवल गाय का दूध व साठी के चावल लेते हुए यह प्रयोग किया जाय तो अद्भुत लाभ होते हैं। इससे शरीर, मन, बुद्धि व इन्द्रियों की शुद्धि हो जाती है। ट्यूमर, कैन्सर, हृदयरोग आदि गंभीर व्याधियों को उत्पन्न करनेवाले दोष समूल नष्ट हो जाते हैं, जिससे संभावित रोगों से सुरक्षा होती है। इस प्रयोगकाल में **'ॐ अच्युताय नमः, ॐ अनन्ताय नमः, ॐ गोविन्दाय नमः'** इन मंत्रों का जप करना चाहिए। सभी कर सकें ऐसा यह सरल-सुलभ प्रयोग है।

यह व नीचे दिये सभी प्रयोग विधिवत् किये जायें तभी पूर्ण लाभ मिल पायेगा।

सर्दियों के लिए कुछ खास प्रयोग

(१) यादशक्ति व बल की वृद्धि : ५ बादाम रात को भिगोकर सुबह छिलके उतार के पीस लें। २५० मि.ली. दूध में समभाग पानी, ११ काली मिर्च, पिसे हुए बादाम व मिश्री मिला लें। फिर मिलाया हुआ पानी जल जाने तक उबालें। गुनगुना होने पर **'ॐ श्री सरस्वत्यै नमः'** मंत्र जपते हुए चुसकी लेते हुए पीयें। इससे यादशक्ति व शारीरिक बल बढ़ता है।

(२) दिमागी पुष्टि : २ अखरोट की गिरी को मिश्री के साथ पीसकर दूध में मिला दें। इसे **'ॐ श्री सरस्वत्यै नमः'** मंत्र जपते हुए पीयें। इससे मस्तिष्क को बल मिलता है।

(३) बलवृद्धि : सुबह शहद के साथ ५-७ काजू **'ह्रीं रामाय नमः'** मंत्र जपते हुए खाने से शारीरिक व मानसिक बल बढ़ता है।

(४) वायु-शमन : घी में भुने हुए ५-७ काजू काली मिर्च व सेंधा नमक डालकर **'ॐ वज्रहस्ताभ्यां नमः'** मंत्र का जप करते हुए खाने से वायु का शमन होता है।

(५) पाचन व भूख की वृद्धि : खजूर में अदरक, काली मिर्च, सेंधा नमक आदि मिलाकर चटनी बनायें। इसमें एकटक देखते हुए २१ बार **'ॐ राम'** मंत्र का जप करें। विधिपूर्वक बनायी गयी इस चटनी को खाने से भूख खुलकर लगती है व पाचन ठीक से होता है। यह चटनी पौष्टिक और बलप्रद भी है।

(६) कदवृद्धि : जिन बच्चों का कद नहीं बढ़ता वे पुलअप्स का अभ्यास करें और बेल के ६ पत्ते व २-४ काली मिर्च हनुमानजी का स्मरण करते हुए चबाकर खायें। उसमें पानी डाल के पीसकर भी खा सकते हैं।

(७) मधुमेह (डायबिटीज) में : बेल के ९ पत्ते व २ काली मिर्च पानी के साथ पीस लें। उसमें शक्कर डाले बिना घोल बनायें और **'ॐ सूर्याय नमः'** मंत्र जपते हुए शरबत के रूप में पीयें। इससे मधुमेह में लाभ होता है।

(८) होंठ फटने पर : नाभि में सरसों के तेल

की २-४ बूँदें डालें तथा जरा-से मक्खन में नमक मिलाकर होंठों पर लगायें । इससे लाभ होता है ।

त्रिदोष सिद्धांत

(गतांक से आगे)

प्रकृति अनुसार विहार

वात प्रकृति :

त्याज्य : अति परिश्रम, अति व्यायाम, सतत अध्ययन, अधिक बोलना, अधिक पैदल चलना अथवा वाहनों में घूमना, तैरना, अति उपवास, रात्रि-जागरण, भय, शोक, चिंता, मल-मूत्र आदि वेगों को रोकना, पश्चिम दिशा से आनेवाली हवा का सेवन ।

हितकर : सर्वांग मालिश (विशेषतः सिर व पैर की), कान-नाक में तेल डालना, आराम, सुखशीलता, निश्चिंतता व शांत निद्रा ।

पित्त प्रकृति :

त्याज्य : तेज धूप में घूमना, अग्नि के निकट रहना, रात्रि-जागरण, अति परिश्रम, अति उपवास, क्रोध, शोक, भय ।

हितकर : शीत, सुगंधित द्रव्यों (जैसे चंदन, अगरू) का लेप, शीत तेलों से मालिश ।

कफ प्रकृति :

त्याज्य : दिन में शयन, आरामप्रियता, आलस्य, श्रम या व्यायाम न करना ।

हितकर : घूमना-फिरना, दौड़ना, तैरना, प्राणायाम, आसन, व्यायाम, आराम का सर्वथा त्याग । (समाप्त) □

उत्तम संतानप्राप्ति हेतु मानव को शुभ योगों का लाभ लेना चाहिए व अशुभ योगों से बचना चाहिए । गुरु-राहु का 'चांडाल योग' शुरू हो रहा है, इसलिए २० अप्रैल २००९ तक गर्भधारण न हो इसका ध्यान रखें । इसके बाद का समय गर्भधारण के लिए अच्छा है । २० अगस्त २००९ से २० जनवरी २०१० तक का काल गर्भधारण हेतु अति उत्तम है ।

संस्था समाचार

इस बार पूज्य बापूजी की सत्संग-वर्षा का केन्द्र रहा राजस्थान

विभिन्न शहरों तथा छोटे गाँवों में पूज्य बापूजी द्वारा प्रवाहित सत्संग-अमृत की गंगा ने राजस्थान की ऐतिहासिक भूमि के इतिहास में एक सुनहरा पृष्ठ जोड़ दिया ।

अनादरा (राज.), २१ व २२ अक्टूबर : यहाँ के आदिवासी क्षेत्र में दीपावली की खुशियाँ लुटाने पूज्य बापूजी स्वयं पहुँचे । यहाँ विशाल भंडारा तो हुआ ही, साथ ही गरीब आदिवासियों का जीवन-उत्थान हो इसलिए उन्हें वहीं की लोकभाषा में, सरल शैली में जीवनोपयोगी सूत्र बताये गये । नाभि के ऊपर चाँदी पहनना स्वास्थ्य के लिए हानिकारक है । महिलाओं के लिए पैरों में चाँदी की पायल या कड़ा स्वास्थ्यप्रद है आदि कई स्वास्थ्य-संबंधी बातें वैज्ञानिक और पौराणिक उद्धरणों के द्वारा समझायी गयीं । सुखी व समृद्ध होनेसंबंधी बातें भी उन्हें बतायी गयीं, जैसे कि बिल्ली व बकरी के पैरों की धूलि तथा झाड़ू की धूलि घर में आने से कुटुंब आर्थिक तंगी भोगता रहता है । गाय के खुर की धूलि, तुलसी का पौधा, आँवले का वृक्ष, बेल का पेड़ और गुरुदीक्षा आदि से व्यक्ति सुख, समृद्धि व उत्तम स्वास्थ्य पाने में सफल होता है । कीर्तन, जप, हास्य-प्रयोग, बिना दवा के स्वस्थ बनानेवाली योग व खान-पान की युक्तियाँ जानकर गरीब आदिवासी धन्य-धन्य हुए ।

सुमेरपुर (राज.), २३ व २४ अक्टूबर : सुमेरपुरवासियों को पर्वपुंज दीपावली की पूर्वसंध्या में पूज्य बापूजी का सत्संग प्राप्त होने से २३ तारीख से ही यहाँ दिवाली-सा हर्षोल्लास देखा गया ।

पूज्य बापूजी ने श्रोताओं को सत्कर्म की ओर उन्मुख होने की सीख दी : ''अपने द्वारा किया हुआ सत्कर्म अपनी पीढ़ियों का भी कल्याण करता है । संत तुलसीदासजी एवं शास्त्र भी कहते हैं कि जो तन, मन, वचन से, बुद्धि, विद्या एवं योग्यता से दूसरों का भला करते हैं, शुभ कर्म करते हैं उनका

पुण्य तो उनकी सात-सात पीढ़ी तारनेवाला होता है लेकिन ऐसे लोगों का नाम-सुमिरन करने से भी दूसरों का भला होता है।

तन कर मन कर वचन कर, देत न काहू दुख।
तुलसी पातक हरत हैं, देखत उनको मुख॥''

जोधपुर (राज.), २५ व २६ अक्टूबर : इस सत्संग-कार्यक्रम के दौरान सूर्यनगरी जोधपुर निवासियों के जीवन में छुपी आत्मसूर्य का प्रकाश पाने की पिपासा झलक उठी। आत्मज्ञान की उज्ज्वल रश्मियों में स्नान कर पावन होने सत्संगियों की विशाल भीड़ उमड़ी।

हाल ही में यहाँ चामुंडा माता के दर्शनार्थियों में मची भगदड़ से हुई दुर्घटना में अनेक भक्तों का देहावसान हुआ था, जिसमें विद्यार्थियों की संख्या अधिक थी। यहाँ उन मृतकों की सद्गति की विधि करायी गयी तथा शोकग्रस्त परिवारों को 'मंगलमय जीवन-मृत्यु' पुस्तक वितरित की गयी और ढाढ़स बँधाया गया।

दीपावली के निमित्त **२७ अक्टूबर** को **गोगुंदा (राज.)** व **२८ अक्टूबर** को **कोटड़ा (राज.)** के आदिवासी क्षेत्रों में विशाल भंडारों का आयोजन हुआ जिनमें भोजन के साथ मिठाई, बर्तन, वस्त्र, टोपियाँ, अनाज, शक्कर आदि जीवनोपयोगी वस्तुएँ वितरित की गयीं तथा नकद आर्थिक सहायता भी की गयी।

दीपावली (२८ अक्टूबर) की शाम रही **ईडर (गुज.)** वासियों के नाम। बिना किसी पूर्व-आयोजन के दीपावली के सुदिन व नूतन वर्ष (गुजरात अनुसार विक्रम संवत्) की पूर्वसंध्या में पूज्यश्री का सत्संग-सान्निध्य पाकर ईडरवासी धन्य हो गये।

२९ अक्टूबर को बापूजी **अमदावाद आश्रम** पधारे, जहाँ नूतन वर्षारंभ के निमित्त पूज्यश्री का दर्शन-सत्संग पाने के लिए हजारों लोग पलकें बिछाये इंतजार कर रहे थे। नूतन वर्ष के प्रभात में पूज्य बापूजी ने महान बनने की कुंजी प्रदान की : ''अपने स्वभाव में सरलता हो, सच्चाई हो, जीवन में प्रभु के प्रति आस्था हो, पुरुषार्थ हो, श्रेष्ठ जनों का संग हो और ऊँचे साहित्य का आश्रय हो तो छोटे-से-छोटा आदमी भी महान बन जायेगा।''

जीवन में शास्त्र-आज्ञानुसार पुरुषार्थ की आवश्यकता पर जोर देते हुए पूज्यश्री ने संदेश दिया कि ''वासनानुसारी पुरुषार्थ तबाही लाता है। जैसे वासनानुसारी पुरुषार्थवाले पतंगे दीपक की आग में जलते हैं, ऐसे ही वासनानुसारी पुरुषार्थ करनेवाले भी अशांति की आग में जल रहे हैं। आलस्य भी विनाशकारी है और उसका बड़ा भाई वासनानुसारी पुरुषार्थ भी विनाशकारी है। वासनानुसारी पुरुषार्थ विनाश देता है और शास्त्रानुसारी पुरुषार्थ सच्ची भक्ति और मुक्ति देने में सक्षम है।''

'पुरुषार्थ-पुरुषार्थ' का डंका तो सभी बजाते हैं लेकिन इसका रहस्योद्घाटन तो पूज्य बापूजी व वसिष्ठजी जैसे महापुरुष ही करते हैं।

बड़ौदा (गुज.), ९ से १३ नवम्बर : देवउठी एकादशी से त्रिपुरारी पूनम तक का पंचदिवसीय पर्व गत वर्ष की तरह इस वर्ष भी बड़ौदा के भक्तों के भाग्य में रहा। कार्यक्रम के पूर्व ६ नवम्बर को बड़ौदा में संकीर्तन यात्रा निकाली गयी जो अभूतपूर्व रही।

यहाँ हर वर्ष होनेवाली विशाल भीड़ को ध्यान में रखते हुए श्रद्धालुओं की सुविधा के लिए पूज्यश्री ने इस पूनम-दर्शन कार्यक्रम को पाँच स्थानों में बाँटा था। फिर भी प्रभु के प्यारे, बापू के दुलारे भक्तों से पंडाल खचाखच भर गया। इस आयोजन को विफल करने के मनसूबे रखनेवाले व तरह-तरह की अफवाहें फैलानेवाले निंदक कुप्रचारकों को मुँह की खानी पड़ी। कार्यक्रम के दौरान भी कुछ कुप्रचारकों ने बापूजी के नाम पर झूठे वचन छापकर पत्रकारिता की ही नहीं, नैतिकता की भी सारी हदें पार कर दीं। नितांत अनर्गल व झूठी खबरें छापकर जनता को गुमराह करने का, लोगों की श्रद्धा तोड़ने का प्रयास तो वे बराबर करते रहे परंतु भक्त बिल्कुल भी विचलित नहीं हुए। नवलखी मैदान में तो भीड़ बढ़ती ही गयी।

पूज्य बापूजी ने यहाँ तन की तंदुरुस्ती, मन की प्रसन्नता एवं बुद्धि की ईश्वरनिष्ठा बढ़ाने के अनेक गुर सिखाये। जीवन को सफल बनाने की कुंजी प्रदान करते हुए पूज्यश्री के वचनामृत में आया : ''आप अपने जीवन में भाव ऊँचा कर दो, लक्ष्य ऊँचा कर दो और वासनानुसारी नहीं शास्त्रानुसारी पुरुषार्थ

करो। ईश्वरप्राप्ति का लक्ष्य बना तो संसार में सफल होना आपके लिए खेल हो जायेगा क्योंकि सारी सफलताओं का मूल आत्मसत्ता है।''

पूज्यश्री ने हेमंत ऋतु में स्वास्थ्य की कुंजी भी प्रदान की : ''सर्दियों में पीठ पर ८-१० मिनट और नाभि पर ४-५ मिनट सूर्यकिरण लें। दुनिया में ऐसी कोई दवाई नहीं जो रोग भगाने में सूर्यकिरणों की बराबरी कर सके। त्रिबंध प्राणायाम भी करें। इससे रोग के कण निकल जायेंगे।''

कोटा (राज.), १३, १५ व १६ नवम्बर : १३ नवम्बर की सुबह बड़ौदा में पूनम-दर्शन देकर पूज्यश्री दोपहर को कोटा (राज.) पहुँचे और फिर से शुरू हो गयी राजस्थान की धरा पर सत्संग-अमृत की वर्षा। यहाँ हजारों पूनम दर्शनार्थी अपने प्यारे गुरुदेव के दीदार के लिए आतुरता से प्रतीक्षा कर रहे थे। पूनम के साथ ही १५ व १६ तारीख भी कोटावासियों के नाम रही। पूज्यश्री ने सत्संगियों को जीवन में श्रद्धा की आवश्यकता से अवगत कराया : ''श्रद्धा से वीरता, धीरता, गंभीरता व निर्भयता आती है। कर्म के साथ अगर सात्त्विक श्रद्धा का योग न हो तो मनुष्य के कर्म बंधनकर्ता हो जाते हैं। जीवन में ईश्वर, महापुरुष, शास्त्र और परलोक इन चारों पर श्रद्धा होनी ही चाहिए।''

भक्तिरस लुटानेवाले संतप्रवर बापूजी की कृपावर्षा से छोटे गाँव एवं नगर भी अछूते नहीं रहते। **१८ नवम्बर** को पूज्यश्री **बूँदी (राज.)** पहुँचे। मात्र १ सत्र के सत्संग के लिए इतनी भीड़ उमड़ पड़ी कि सत्संग-मंडप छोटा पड़ गया। यहाँ की सत्संगप्रिय जनता ने मंडप के बाहर खड़े रहकर भी सत्संग का लाभ लिया। शाम का सत्र **खजूरी** ग्राम में हुआ। इस छोटे-से गाँव के लोगों की महती श्रद्धा-भक्ति व अनुनय-विनय देख पूज्यश्री ने **१९ नवम्बर** की सुबह का सत्र भी **खजूरी** के नाम कर दिया। दोपहर को **देवली** गाँव में सत्संग संपन्न हुआ।

इन छोटे-छोटे गाँवों, नगरों में भी इतनी बड़ी संख्या में उमड़े श्रद्धालु मानों बापूजी की देश के कोने-कोने में फैली लोकप्रियता का ही संदेश दे रहे थे।

२३ नवम्बर की शाम को **डुंगरिया (राज.)** व **२४ नवम्बर** को **किशनगढ़ (राज.)** के भक्तों को दर्शन-सत्संग का सौभाग्य प्राप्त हुआ।

२-३ दर्जन वर्षों की कतारें बीतने पर भी आशा लगाये हुई वृद्धा भँवरी माता की आशा फलीभूत हुई और **२६ व २७ नवम्बर** का सत्संग **लाड़नू** निवासियों की झोली में रहा। नन्हे-से लाड़नू में इतना विशाल पंडाल देखकर लोग चकित-से रह गये कि इतने लोग कहाँ से आयेंगे ? लेकिन चकित रहनेवाले और भी चकित हुए जब भक्तों की भीड़ इतनी हो गयी कि पंडाल के बाहर खड़े रहकर भी लोग सत्संग सुन रहे थे। लाड़नू, सुजानगढ़ व आस-पास के लोगों का आनंद, उत्साह व हौसला देखते ही बनता था। यहाँ दोनों दिन विशाल भंडारों का भी आयोजन हुआ। भँवरीदेवी की ३३ वर्षों की श्रद्धा, आस्था, प्रार्थना प्रकाशित हुई। पुण्यशीला भँवरी माता अपने परिवार और अपने लाड़नू व आस-पासवालों की उन्नति देखकर अत्यंत प्रसन्न हुईं।

यहाँ पूज्य बापूजी ने वातावरण में ऋणायनों का महत्त्व एवं उनकी वृद्धि के उपाय भी बताये।

बीकानेर (राज.), २९ व ३० नवम्बर : ये दो दिन बीकानेरवासियों के नाम रहे। सन् २००६ में बीकानेर के सत्संग में जनसैलाब उमड़ पड़ा था लेकिन इस बार तो सत्संगी सज्जनों की भीड़ ने कमाल ही कर दिया। दो वर्ष पहले हुए सत्संग में उमड़ी भीड़ से भी इस बार की भीड़ अधिक थी।

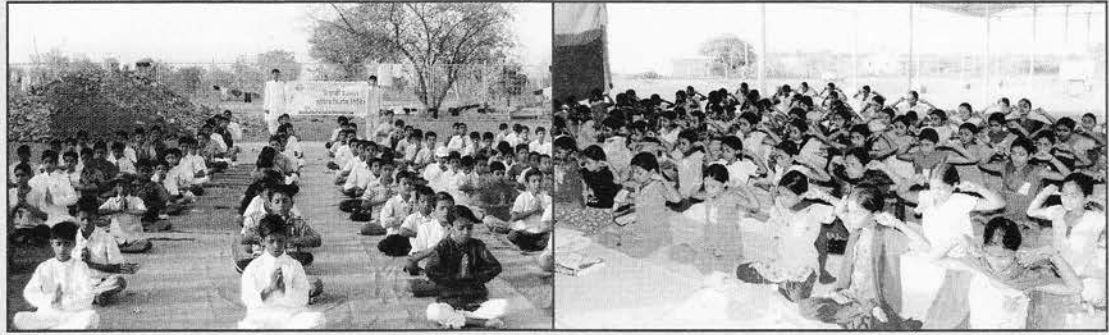
धनभागी हैं वे मर्द जिन्होंने कुप्रचार की इतनी बड़ी साजिशों के बावजूद भी सत्संग और सत्कर्म में प्रीति बनाये रखी है। ❐

(पृष्ठ २५ 'सर्वोपरि व परम हितकर' का शेष)

शुकदेवजी जैसे वीतरागी, परम त्यागी महापुरुष ने जीवन्मुक्त होकर संसार में विचरण किया, उसके विषय में इतना ही कहना पर्याप्त है कि नारदीय अध्यात्म-ज्ञान सब प्रकार के और सभी विचार के लोगों के लिए उत्तम हितोपदेश है, हित की दृष्टि से एक चेतावनी है और कल्याण-मार्ग के पथिकों के लिए सर्वोत्तम पथप्रदर्शक ज्ञान का वर्णन है।

ॐॐ हरि ॐ... ॐॐ प्रभुजी ॐ... **(समाप्त)** ❐

आश्रम द्वारा संचालित बाल-उत्थान के सेवाकार्य

गुना (म.प्र.) में सत्साहित्य-वितरण तथा रायपुर (छत्तीसगढ़) में सूर्य-अर्घ्य देकर तिलक लगातीं बालिकाएँ।

बालाघाट (म.प्र.) में विद्यार्थी उज्ज्वल भविष्य निर्माण शिविर तथा ओंजल, जि. नवसारी (गुज.) में योग-प्रशिक्षण ।

कुशालपुरा, जि. पाली (राज.) में सत्साहित्य-वितरण तथा सेलूकाटे, जि. वर्धा (महा.) में योग-प्रशिक्षण।

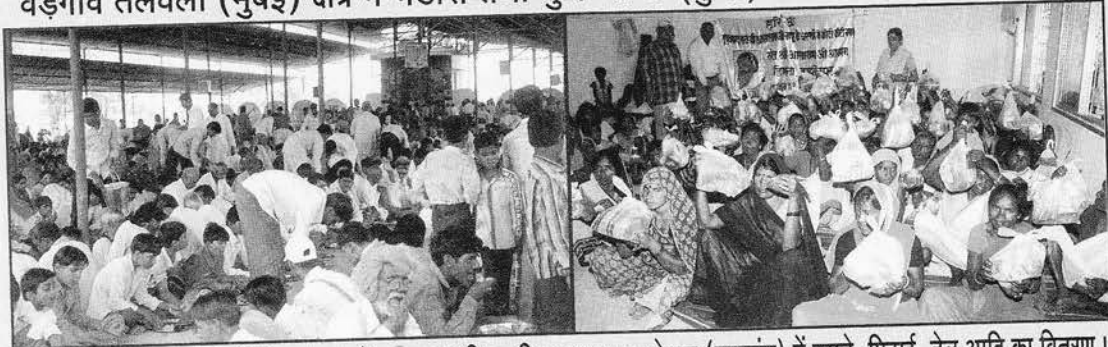
साकरी, जि. जलगाँव (महा.) में संस्कार सिंचन कार्यक्रम तथा अड़पाली अनाथाश्रम (संबलपुर क्षेत्र) में दीपावली पर बालभोज ।

दीपावली के आनंदोत्सव में पूज्य बापूजी के शिष्य पहुँच गये गरीब-पिछड़े इलाकों में, जहाँ बालभोज व भंडारों का आयोजन हुआ। गरीबों-आदिवासियों में मिठाई, बर्तन, कम्बल, कपड़े, तेल-बाती-दीये तथा अन्य आवश्यक सामग्री बाँटी गयी।

1 December 2008
RNP. NO. GAMC 1132/2006-08
WPP LIC NO. GUJ-207/2006-08
RNI NO. 48873/91
DL(C)-01/1130/2006-08
WPP LIC NO.U(C)-232/2006-08
G2/MH/MR-NW-57/2006-08
WPP LIC NO. MH/MR/14/07-08
'D' NO. MR/TECH/47-4/2008

Posting at PSO Ahmedabad between 25th of preceding month to 10th of current month.

कोलक, जि. वलसाड (गुज.) क्षेत्र में बालभोज का आयोजन तथा पुणे (महा.) में भंडारे के पश्चात् नकद दक्षिणा एवं वस्त्र, कम्बल आदि का वितरण।

वड़गाँव तलवली (मुंबई) क्षेत्र में भंडारा तथा भुज-कच्छ (गुज.) में बालभोज का आयोजन।

पंचेड़, जि. रतलाम (म.प्र.) में भंडारा व कपड़े, कम्बल आदि का वितरण तथा जमशेदपुर (झारखंड) में कपड़े, मिठाई, तेल आदि का वितरण।

मंडी गोबिंदगढ़, जि. फतेहगढ़ साहिब (पंजाब) तथा वर्धा (महा.) में मिठाई व जीवनोपयोगी वस्तुओं का वितरण।